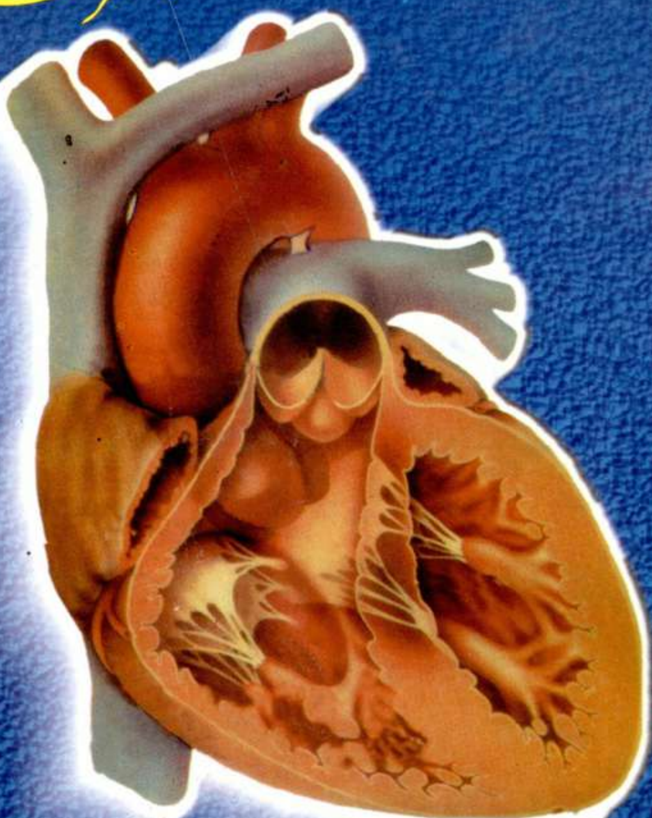
دلِ کی بیماریاں
اور
علاجِ نبویؐ

ڈاکٹر خالد غزنوی





دردِ دل کا قرآنی حل

وَلَقَدْ نَعْلَمُ أَنَّكَ يَضِيقُ صَدْرُكَ بِمَا يَقُولُونَ ۝ فَسَبِّحْ بِحَمْدِ رَبِّكَ وَكُن مِّنَ السَّاجِدِينَ ۝ وَاعْبُدْ رَبَّكَ حَتَّىٰ يَأْتِيَكَ الْيَقِينُ

(سورۃ الحجر)

''یہ بات تم جان لو کہ لوگوں کی باتیں تمہارے سینہ کے اندر گھٹن پیدا کر سکتی ہیں۔ اگر تم ایسا نہیں چاہتے تو اللہ کی تعریف بیان کرتے رہو۔ اسے سجدہ کرنے والوں میں شامل رہو۔ اللہ کی عبادت پورے یقین کے ساتھ کرو۔''

دِل کی بیماریاں

اور

علاجِ نبویؐ

ڈاکٹر خالد غزنوی

الفیصل
ناشران و تاجرانِ کتب
غزنی سٹریٹ اُردو بازار لاہور

616.12 Khalid Ghaznavi, Dr.
Dil ki Bimarian aur Elaj-e-Nabvi/
Dr. Khalid Ghaznavi.- Lahore: Al-Faisal
Nashran, 2011.
400p.

I. Elaj-e-Nabvi aur Dil   I. Title.

ISBN 969-503-125-0

پہلا ایڈیشن.........ستمبر 1999ء

گیارہواں ایڈیشن..........مارچ 2011ء

محمد فیصل نے

آر۔آر پرنٹرز سے چھپوا کر شائع کی۔

قیمت:-/300 روپے

AL-FAISAL NASHRAN
Ghazni Street, Urdu Bazar, Lahore. Pakistan
Phone : 042-7230777 Fax : 09242-7231387
http : www.alfaisalpublishers.com
e.mail : alfaisal_pk@hotmail.com

بسم اللہ الرحمٰن الرحیم

فہرست

دیباچہ

محترم شہید پاکستان حکیم محمد سعید رحمتہ اللہ علیہ

کتب ہائی سماوی میں تذکرہ قلب نہ صرف اس عنوان سے ہے کہ قلب عشور ئیس ہے' اصل حیات ہے' اعضائے جسم انسانی میں مرکزیت اور علوئیت کا مرتبہ و مقام رکھتا ہے بلکہ قلب مرکز روح و روحانیت ہے' نشیمن ضمیر ہے' اس میں خواہشات کی دنیا آباد ہے اور قلب ہی سے فیصلوں کا صدور ہوتا ہے۔ ایک حدیث شریف کے مطابق انسان کے جسم میں ایک گوشت کا لوتھڑا ہے۔ اگر یہ اچھا ہے تو سامان خیر ہوتا ہے اور اگر یہ خراب ہے تو پھر فسادات ہی فسادات۔

اسی قلب کے بارے میں جب شیخ الرئیس حکیم ابن سینا یہ ارشاد فرما رہے تھے کہ قلب جراحت (سرجری) برداشت نہیں کر سکتا تو ساتھ ہی ماہر شیخ طب و روحانیت ابن سینا یہ بھی فرما رہے تھے کہ قلب ایک حامل ہمہ نزاکت عضو ہے جسے دھوکہ نہیں دیا جا سکتا اور جس کے ساتھ عدم انسانیت' عدم شرافت و صداقت اور عدم امانت و دیانت کا سلوک نہیں کیا جا سکتا۔

قلب کا جب یہ مقام ارفع و بلند متقرر ہو گیا اور تہذیب و تمدن اسلام میں قلب کو مرکز روح و روحانیت متعین ہو گیا' آرزوؤں اور تمناؤں کا مقام اسے قرار دے دیا گیا' مقتدر حیات اسے تسلیم کر لیا گیا تو پھر شعر و ادب میں بھی قلب کا احترام واجب ہو گیا۔ فارسی شعر و ادب میں قلب کو مرکزیت کا مقام حاصل ہوا ہے اور اللہ تعالیٰ کی پھونکی ہوئی روح کے نتیجے میں حرکت میں آیا ہوا قلب عربی شعر و ادب میں روح شعر بن گیا۔

ایک حدیث شریف جب اوصاف انسان سے بحث کرتی ہے تو اس میں قلب کو مرکز ایثار کہا گیا ہے۔ میں نے اس حدیث شریف پر ایک طبیب کی حیثیت سے جب غور کیا تو قدرت نے میری نہایت درجہ معنی خیز رہنمائی فرمائی ہے۔

مثل المومنین فی توادھم و بقاطفھم والراحمھم کمثل الجسد اذا اشتکی متحد

عضو تداعی له سائر الجسد بالحمی و السهر

قلب انسانی ہر دو ہزار گیلن خون کو اپنی بہترین طاقت سے ساٹھ ہزار میل طویل رگوں میں دوڑاتا ہے۔ اس محیر العقول فعل و عمل کے لیے خود نفس قلب کو انرجی کی ضرورت ہے۔ جسم انسانی میں خون ایک انرجی ہے۔ اس میں وہ تمام اجزائے لازمی موجود ہیں کہ جو لازمۂ حیات ہیں۔ اگر چاہے تو دل تمام و کمال خون سے بکثرت انرجی حاصل کر لے۔ ایسا بالکل ممکن ہو سکتا تھا۔ مگر دل چونکہ رئیس الاعضاء ہے' اس ریاست قلبی کا تقاضا یہ ہے کہ قلب ایثار کرے۔ اس لیے قلب انسانی اپنی حیات کے لیے اس خون کا صرف گیارہ فیصد استعمال کرتا ہے باقی ۸۹ فیصد خون یہ قلبِ جسم انسانی کے دوسرے اعضائے رئیسہ و شریفہ کی حیات قائم رکھنے کے لیے پمپ کر دیتا ہے۔ ایثار قلب کی یہ کیفیت ہے۔ حدیث شریف کی یہ اعلاتر حقیقت ہے۔

انسان کا یہ عظیم دل کن کن علالتوں کی زد میں آتا ہے قلب کی یہ علالتیں کبھی روحانی ہوتی ہیں' نفسیاتی ہوتی ہیں اور کبھی عضویاتی و جسمانی۔ زیر نظر کتاب "امراض قلب میں علاج نبوی ﷺ" یقیناً قلب کی مادی علالتوں سے بحث کرتی ہے اور روحانیت امراض سے اسے تعلق نہیں ہے۔ بہ ایں ہمہ یہ سوال ضرور باقی ہے کہ کیا قلب کا کوئی بھی مرض خالی از روحانیت ہو سکتا ہے؟ بحث و فکر کا یہ میدان یقیناً نہایت عجیب ہے یا نہیں۔ بہ حیثیت طبیب میں یہ رائے رکھتا ہوں کہ قلب کا کوئی "جسمانی" مرض سبب روحانیت سے خالی نہیں ہو سکتا۔ امراض قلب پیدا ہی اس وقت ہوتے ہیں کہ جب روحانی طور پر قلب "ملول" ہو جایا کرتا ہے۔

عالی جناب محترم ڈاکٹر خالد غزنوی صاحب عصر حاضر کے پاکستان میں تنہا وہ شخصیت ہیں جن کا موضوع فکر طب نبوی ﷺ ہے اور جن کا میدان عمل معالجات نبوی ﷺ ہے۔ جب حضرت سعد بن ابی وقاص رضی اللہ تعالیٰ عنہ پر حملہ قلب ہوا تھا تو طبیب ثلاث بن کلدہ کی طرف رجوع کا مشورہ دیا تھا مگر حضور نبی اکرم ﷺ نے خود ہی سات دانے عجوہ کھجور تجویز فرمائے کہ مع گٹھلی باریک پیس کر ان کو پلا دیں۔ ابن کثیر نے اس کا ذکر تفصیل سے کیا ہے۔ اس سے حملہ قلب رفع ہو گیا تھا۔

محترم ڈاکٹر خالد غزنوی نے احادیث نبوی ﷺ کو رہنما بنایا ہے۔ قرآن حکیم سے

روشنی پائی ہے۔ انسان سے محبت کی ہے۔ نباتات کو فطرت کا شاہکار سمجھا ہے اور صحیح سمجھا ہے اور امراض و علاج میں ایک نہایت مستقیم صراط کو اختیار کیا ہے۔ سانس کی بیماریاں اور علاج نبوی ﷺ ' امراض جلد اور علاج نبوی ﷺ وغیرہ درجن سے زیادہ کتب کے وہ مصنف و مولف ہیں۔

اس ذیل میں ڈاکٹر خالد غزنوی کی ایک کتاب ہے "الله الطیب" یہ کتاب نہ صرف یہ کہ حاصل مطالعہ ہے بلکہ ڈاکٹر غزنوی کی ہر کتاب کا ماخذ فکر ہے۔ اس کی روشنی میں وہ آگے بڑھ رہے ہیں اور طب نبوی ﷺ کو اہمیت و عظمت کے ساتھ پیش نظر رکھ کر انسان کی رہنمائی فرما رہے ہیں۔

قرآن حکیم کو ایک سائنس دان کی حیثیت سے جب دیکھتا ہوں تو ۲۷ے آیات کریمہ پاتا ہوں جو سائنس کی طرف رہنمائی کرتی ہیں۔ اب تک کسی ماہر سائنس نے احادیث نبوی ﷺ کا مطالعہ اس انداز کے ساتھ نہیں کیا ہے۔ علماء (حاملین دین) کے بس کی یہ بات نہیں کہ دین پر ان کی گرفت برائے برگزیدہ انداز ہے ان کا متعین و محدود نصاب تعلیم ان کو آسمانوں میں اور زمین کے موجودات میں تفکر و تدبر کا موقع نہیں دے پاتا۔ ضرورت ہے کہ عصر حاضر کے طبیب احادیث نبوی ﷺ کا مطالعہ اس انداز سے کریں۔ میں نے ایک اپنی مثال اوپر میں دی ہے۔

عالی جناب محترم ڈاکٹر خالد غزنوی بہ ہر لحاظ سزاوار تحسین و آفریں ہیں۔

حکیم محمد سعید

۱۴ صفر المظفر ۱۴۱۸ھ

۲۰/جون ۱۹۹۷ شمسی

بخدمت گرامی جناب محترم ڈاکٹر خالد غزنوی صاحب

۴۲۔ حیدر روڈ اسلام پورہ 'لاہور

تعارف طبع سوم

طبی کتابوں پر مسلسل توجہ کی ضرورت رہتی ہے۔ کیونکہ روز نئی باتیں معلوم ہوتی رہتی ہیں اور ہر نئے ایڈیشن میں ان کا اضافہ کتاب کی افادیت کو قائم رکھتا ہے۔

تھوڑے دنوں میں اس کتاب کا یہ تیسرا ایڈیشن اس امر کا ثبوت ہے کہ لوگوں نے اسے پڑھا اور اس کی اہمیت کو واضح کیا۔

دل کی بیماریوں کا کوئی بھی علاج نبی ﷺ سے بہتر نہیں ہو سکتا کیونکہ ان کے ارشادات وحی الٰہی پر مبنی ہوتے تھے۔ ہم نے ان کے ارشادات کو لوگوں کی بھلائی کے لئے جمع کیا۔ ان کو عملی اور آسان صورت میں پیش کیا۔ مریضوں ہی نہیں علاج کرنے والوں نے بھی اسے پسند کیا اور اگر دل کا ایک مریض بھی ٹھیک ہو گیا تو ہماری محنت بر آئے گی۔

اللہ تعالیٰ کی عنایات کا شکر گذار ہونے کے بعد یہ یقین دلاتا ہوں کہ امراض قلب کے علاج کے لیے بہتر سے بہتر معلومات آئندہ بھی پیش کی جاتی رہیں گی۔

ڈاکٹر خالد غزنوی

حیدر روڈ' اسلام پورہ لاہور۔

رابطہ: 7153485

فکر و نظر

یہ ایک مسلمہ حقیقت ہے کہ دل کے مریضوں کی تعداد میں روزبروز اضافہ دیکھنے میں آرہا ہے۔ امراض قلب کے ماہرین کے یہاں اور دل کے ہسپتالوں کے باہر ہجوم دیکھ کر ایسا لگتا ہے کہ پورا شہر اس مصیبت میں مبتلا ہے۔

بدقسمتی یہ ہے کہ دل کی بیماریوں سے بچاؤ اور علاج کے بارے میں عام لوگوں کا علم بڑا محدود ہے اس لیے سانس اور چھاتی میں ہونے والی ہر تکلیف دل کا عارضہ قرار پاتی ہے اور پھر اس کا خوف مریض کی زندگی کو دوبھر کر دیتا ہے۔

لاہور وہ خوش قسمت شہر ہے جس میں امراض قلب کی تشخیص اور علاج کے متعدد مراکز موجود ہیں۔ ان میں سے بعض مفت خدمات سرانجام دیتے ہیں۔ اگر کسی کو اپنے دل کی صحت کے بارے میں کوئی شبہ ہو تو وہ پورے یقین اور اعتماد کے ساتھ ان میں سے کسی ایک شفاخانے میں جاکر اپنی بیماری کا بروقت پتہ چلا سکتا ہے اور اگر ضرورت ہو تو مستند ماہرین اسے مناسب علاج بھی تجویز کر سکتے ہیں۔

دل کی اکثر بیماریوں کا علاج کیا جا سکتا ہے بلکہ اکثر سے تو بچاؤ کے طریقے بھی موجود ہیں اس لیے بیماری کا شبہ ہونے پر ادھر ادھر بھٹکنے کی بجائے صحیح ادارہ سے رابطہ کیا جائے [illegible] جب وہ اپنے ابتدائی مراحل میں ہو تو بیماری کی تعداد اور بیماریوں سے ہونے والے نقصانات کو کم کیا جا سکتا ہے۔ میرے کہنے کا مطلب ہے کہ دل

کی بیماریوں کے بارے میں معلومات مہیا کی جائیں ہر شخص کو یہ معلوم ہو کہ اسے اپنے دل کو تندرست رکھنے کے لیے چکنائیوں کی کثرت سے بچ کر پیدل چلنا ہے' کھانا کھاتے وقت اسے یہ معلوم ہونا چاہیے کہ پیٹ کو زیادہ بھرنا خطرناک ہو سکتا ہے' تمباکو نوشی سے گلا اور پھیپھڑوں کے علاوہ دل کے امراض بھی لاحق ہو سکتے ہیں۔ دل کے امراض سے بچنے کے لیے ایک اہم بات اطمینان قلب کا حاصل ہوتا ہے اور حصول اطمینان قلب کی بنیاد رجوع الی اللہ ہے جیسے کہ ارشاد باری تعالیٰ ہے :

الابذکر اللہ تطمئن القلوب

بے شک اللہ کا ذکر دلوں کو اطمینان بخشتا ہے۔ (سورہ ۲۸ الرعد)

کام کی یہ چھوٹی چھوٹی اور آسان باتیں دل کے مریضوں کی تعداد کو کم کرنے میں نہایت مفید ثابت ہو سکتی ہیں۔

میرے فاضل دوست ڈاکٹر خالد غزنوی کی یہ عام فہم کتاب اس سلسلہ میں ایک اہم کوشش ہے اور اسلامی بنیادوں پر تحقیق کرنے والوں کے لیے یہ مشعل راہ ہو گی۔

پروفیسر ڈاکٹر محمد زبیر

سربراہ شعبہ امراض دل

گلاب دیوی ہسپتال' لاہور

باب 1

دل کی بیماریاں اور ان کا مطالعہ

دل کی بیماریاں روز بروز بڑھتی جا رہی ہیں۔ ہسپتالوں میں جائیے تو مریضوں کی اتنی تعداد دیکھنے میں آتی ہے کہ افسوس ہوتا ہے۔ اخبارات میں ماہرین امراض قلب کے مفید مشورے شائع ہوتے رہتے ہیں۔ ماہرین کا خیال ہے کہ حیوانی ذرائع سے حاصل ہونے والی چکنائیاں دل کی نالیوں کو بند کر دیتی ہیں۔ سگریٹ پینے والوں کو دل کے دورہ کا اندیشہ دوسروں سے زیادہ ہے۔ آرام طلبی' تفکرات اور بسیار خوری کو دل کی بیماریوں کا باعث قرار دیا جاتا ہے۔

کیا ہم یہ یقین کر لیں کہ جو شخص کم کھاتا' پیدل چلتا اور سیدھی سادی زندگی بسر کرتا ہے اسے دل کا دورہ نہیں پڑے گا؟ حُسنِ اتفاق سے دل کا ایک ایسا مریض ہمارے مشاہدے میں آیا جو ہر طرح کی احتیاطوں سے مزین زندگی گزار رہا تھا۔ پھر اسے دل کا دورہ کیوں پڑا؟

امریکی صدر آئیزن ہاور کو دل کا دورہ پڑا۔ کچھ دنوں میں تندرست ہو گئے۔ ان کے معالج نے اس کارگزاری پر خوب نام اور دام کمائے۔ یہ صاحب کبھی اپنے ہوٹل سے ہوائی اڈے تک پیدل جاتے نظر آتے اور کبھی کھانے میں سبزیاں وغیرہ کھا کر لوگوں کو بتاتے کہ دل کی بیماریوں سے بچنے کا صحیح طریقہ کیا ہے۔ ان کا کہا اور کیا کئی روز اخبارات کی زینت بنتا رہا۔ امریکہ میں دل کی بیماریاں دوسرے ممالک سے زیادہ

ہوتی ہیں۔ اس لئے ڈاکٹر پال وائٹ کا کہنا پورے ملک کے لئے صحیفہ آسمانی کے برابر تھا۔

ایک دن ڈاکٹر پال وائٹ بھی دل ہی کے دورے سے مر گئے۔

کسی بیماری سے نجات پانے کے دو مسلمہ طریقے ہیں۔

☆ لوگوں کو اس سے بچاؤ کے طریقے سکھائے جائیں۔

☆ جن کو بیماری ہو جائے ان کا علاج کیا جائے۔

دل کی بیماری کے سلسلے میں بچاؤ کی تراکیب کو اتنی پبلسٹی مل چکی ہے کہ اب ہر شخص ان سے آگاہ ہے۔ لیکن بیمار ہونے والوں کی تعداد میں ہر روز اضافہ ہوتا چلا جاتا ہے۔ اس کا مطلب یہ ہے کہ ابھی اصل بات کا پتہ چلانا باقی ہے۔ دل کی بیماریوں کے علاج کے لئے پاکستان کے ہر شہر میں معقول بندوبست موجود ہے۔ بڑے شہروں میں تو امراض قلب کے خصوصی ادارے بھی موجود ہیں جن میں تشخیص اور علاج کے نہایت عمدہ انتظام موجود ہیں۔ مگر دیکھنے میں جو افسوسناک بات آئی ہے وہ یہ ہے کہ جس کا یہ حصہ ایک مرتبہ علیل ہو گیا وہ باقی زندگی ہسپتالوں کی آمدورفت میں لگا رہا۔ ایسا کوئی مریض کبھی دیکھنے میں نہیں آیا جو دل کی بیماری لے کر کسی مستند معالج کے پاس گیا ہو اور اس نے کچھ عرصہ علاج کے بعد مریض کو شفا کی نوید سنائی ہو اور آئندہ علاج کی ضرورت ختم کر دی ہو۔

ہمارے ایک تاجر دوست کو بلڈ پریشر کی شکایت ہوئی اور وہ دل کے ایک مشہور معالج کے پاس گئے۔ ڈاکٹر صاحب نے ان کو گولیوں کی ایک معقول مقدار تجویز کی اور یہ دو سال کھاتے رہے۔

ان کو بتایا گیا کہ بلڈ پریشر تو ایسی کوئی بات نہیں۔ یہ ساری کوشش اس لئے کی جا رہی ہے کہ ان کا دل بیماری کے برے اثرات سے محفوظ رہے۔ اکثر ملاقاتوں میں ڈاکٹر صاحب ان کو بتاتے رہے کہ اب وہ کبھی کبھی ناغہ بھی کر لیا کریں تو کوئی مضائقہ نہ ہوگا۔

ایک روز اپنا چیک اپ کروا کر "سب اچھا" کی نوید لے کر گھر آئے اور تیسرے دن

دل کا شدید دورہ پڑا۔ حملہ اتنا شدید تھا کہ ہسپتال لے جانے کی بھی مہلت نہ مل سکی۔

میں نے عمر کا اکثر حصہ ہسپتالوں میں گزارا ہے۔ تیمار داری اور علاج کا اسلوب دنیا کے اکثر ممالک میں دیکھا ہے لیکن اللہ لگتی یہ ہے کہ دل کے مریضوں پر جس توجہ اور خلوص سے نگہداشت میو ہسپتال میں دیکھی گئی وہ کسی اور جگہ نہ دیکھی۔ وارڈ میں داخل ہر مریض کو بھر پور توجہ ملتی ہے۔ انسٹی ٹیوٹ آف کارڈیالوجی میں بھی مریضوں کو پوری توجہ ملتی دیکھی۔ اس کے باوجود بچ جانے والوں کی تعداد کوئی زیادہ نہیں۔

اس کا مطلب یہ ہے کہ جو علاج میسر ہے وہ پوری طرح مفید نہیں۔ مریض کی تکلیف اور اس کی شدت میں کمی لائی جا سکتی ہے۔ لیکن بیماری کو ختم کرنا ممکن نہیں۔

کچھ عرصہ پہلے خیال تھا کہ دل کی نالیاں اگر بند ہوں تو آپریشن کر کے یہ نالیاں تبدیل کر دی جائیں۔ ہزاروں آپریشن ہوئے۔ لیکن وہ اسباب جنہوں نے پہلی نالیاں بند کر دی تھیں مصروف کار رہیں اور نئی نالیاں بھی پھر سے بند ہونے لگیں۔ آپریشن کے بعد بھی دواؤں کی معقول مقدار مسلسل کھانی پڑتی ہے۔ کہتے ہیں کہ آپریشن کا اثر دس سال کے لئے ہوتا ہے اس کے بعد نالیاں پھر سے بدلوائی جائیں۔ ایسے لوگوں کی بھی کمی نہیں جن کا آپریشن دو یا تین مرتبہ ہو چکا ہے۔

مریض کا مفاد یہ ہے کہ اسے تندرستی حاصل ہو۔ اسے طریقہ علاج سے کوئی خاص دلچسپی نہیں ہوتی۔ اب تک کی صورتحال یہ ہے کہ دوائیں ایک حد تک کام دیتی ہیں۔ پھر نوبت آپریشن پر آ جاتی ہے۔ جسے کروانا اور اس مرحلے سے عافیت کے ساتھ نکل جانا آسان کام نہیں۔ لیکن مریض اس مصیبت سے بھی گزرتے ہیں۔

ہماری آج تک کی تمام پالیسی امریکہ اور انگلستان کے تجارب پر مبنی رہی ہے۔ ہمارے ڈاکٹر وہاں سے تربیت لے کر آتے ہیں اور یہ حقیقت ہے کہ ان کا علم' صلاحیت اور عمل ان کے اپنے استادوں سے بدرجہا بہتر ہوتا ہے۔ لیکن نتائج حوصلہ افزاء نہیں۔

حالات کا تقاضا ہے کہ ہم دوسرے راستے بھی تلاش کریں۔ عین ممکن ہے کہ ہم

گوہر مقصود پالیں۔

تاریخ اس امر کی شاہد ہے کہ دل کے دورہ کے سب سے پہلے مریض کی تشخیص اور علاج نبی ﷺ نے فرمایا۔ ان کا مریض ایسا عمدہ شفایاب ہوا کہ ان سے علاج کروانے کے بعد گھوڑے پر تقریباً ڈیڑھ لاکھ میل کا سفر کیا اور متعدد جنگوں میں عملی حصہ لیا۔ جبکہ ہمارا مریض سیڑھیاں چڑھنے کے قابل بھی نہیں ہوتا۔

قرآن مجید اس بات کی تصدیق کرتا ہے کہ اللہ تعالیٰ نے اپنے نبی کو ہر وہ علم سکھادیا جو ان کو نہ آتا تھا۔ گویا ان کو یا اس زمانے کے اطباء کو امراض قلب سے آگاہی نہ تھی تو ضرورت پڑنے پر اللہ تعالیٰ نے اپنے نبی ﷺ کو Cardiology سکھادی۔ انہوں نے نہ صرف ایک مریض کا علاج کر کے اپنا علم دکھایا بلکہ دل کی بیماریوں سے بچنے اور ان کے علاج کے متعدد اسلوب بھی عطا فرمائے۔

احادیث میں نبی ﷺ سے دل کے علاج کے لئے متعدد چیزوں کا تذکرہ ملتا ہے۔ انہوں نے دل کو طاقت ور کرنے کا راستہ بھی دکھایا۔ دل کی چھوٹی موٹی بیماریوں سے بچے رہنے کا اسلوب بھی سکھایا گیا۔

اگر ہم یہ مانتے ہیں کہ قرآن مجید ایک الہامی کتاب ہے اور وہ رشد و ہدایت کے علاوہ شفا اور صحت کا ذریعہ بھی ہے تو اس سے اپنے طبی مسائل کا حل تلاش کرنا یقینی اور آسان راستہ ہے۔ نبی ﷺ اگر اللہ تعالیٰ کے سچے نبی تھے اور انہوں نے بقول قرآن جو کچھ بھی کیا اپنی طرف سے نہیں کیا بلکہ اللہ تعالیٰ نے ان کو سکھایا تو ان کے ارشادات اور معالجات میں کسی ناکامی اور غلطی کا کوئی اندیشہ نہیں۔

دل کی بیماریاں ہمارے لئے ایک مصیبت بن گئی ہیں۔ ہم ان کے علاج کے لئے سمندر پار دیکھتے ہیں۔ جبکہ اللہ تعالیٰ نے اپنی کتاب اور اس کے جلیل القدر نبیؐ نے ان مشکلات سے نکلنے کا راستہ سکھایا ہے۔ ہم اس سیدھے راستے کو چھوڑ کر ادھر ادھر بھٹک کر اپنے لئے مشکلات میں اضافہ کرتے ہیں۔

دوسری صدی ہجری کے بعد عرب اطباء نے نبی علیہ السلام سے بیماریوں کا علاج سیکھنے کے بعد اس پر باقاعدہ علاج مرتب کیے۔ بو علی سینا نے 'الادویۃ القلبیہ'' اور ''القانون'' میں انہی معالجات کو آگے بڑھایا۔ ابوبکر رازی نے ''الخفقان الکائن''۔ علی مہذب الدین ابوالحسن' ابوالحسن علی بن نفیس الدین نے امراض قلب پر جامع کتابیں تصنیف کیں۔ انہوں نے امراض قلب کا تشریحی مطالعہ کرنے کے بعد امراض کے اسباب اور علاج متعین کیے۔ اللہ ہم کو عقل دیتا تو ہم اپنے ڈاکٹروں کو امراض قلب کی تعلیم ان کتابوں کی بنیاد پر دیتے اور پھر معالجات اور تحائفِ نبویہ کی روشنی میں اگر کوئی علاج مرتب کیا جاتا تو اس میں نہ تو کسی Bye Pass کی ضرورت پڑتی اور نہ مریضوں کیلئے رنگ برنگی اور بدذائقہ ادویہ درآمد کرنی پڑتیں۔

دل کی بیماریوں پر اردو میں دو جدید اور جامع کتابیں موجود ہیں۔ جن میں بھارتی حکومت کے ادارہ طب یونانی کی ''امراض قلب'' ایک عمدہ اور مکمل کتاب ہے۔ لیکن میرا اسلوب ان سے جداگانہ ہے۔ عام حالات میں ان کے بعد کسی اور کتاب کی ضرورت نہ تھی لیکن میں جو کہنا چاہتا ہوں یا وہ علاج جو میں بیان کرنے کی کوشش کر رہا ہوں وہ ان میں نہیں۔

دل کی بیماریوں سے بچاؤ اور علاج کے بارے میں قرآن اور احادیث کی روشنی میں جو میری سمجھ میں آیا پیش کر دیا۔ مجھے یقین ہے کہ اس موضوع پر اور بھی عنایات موجود ہوں گی۔ بات جوں جوں آگے بڑھے گی انشاء اللہ ان کو بھی شامل کر کے امراض قلب کے مریضوں کی بھلائی کے لئے پیش کرتا رہوں گا۔

اللہ تعالیٰ حکیم محمد سعید صاحب کے درجات بلند فرمادے کہ انہوں نے اپنی شہادت سے قبل اس کتاب کو ملاحظہ فرمایا۔ اس کی افادیت کے قائل ہوئے اور اس کے لیے پیش لفظ عطا کیا جو کہ اب تاریخی دستاویز ہے۔

علم طب اور دین کو ملا کر کسی ایک جگہ جمع کرنا آسان کام نہ تھا۔ دوستوں نے اس کارِ خیر میں بے پناہ مدد کی۔ حوصلہ افزائی کی اور اس کا نتیجہ یہ حاضر ہے۔

کتاب کی منصوبہ بندی اور عنوانات پر محترم پروفیسر افضل حق قرشی' پروفیسر طاہر عمر' پروفیسر رمضان مرزا صاحبان نے بڑی محنت فرمائی۔ یونس فاروقی صاحب نے ابتداء عنایت فرمائی۔

دل کی بیماریوں کی معلومات اور ٹیسٹ مہیا کرنے میں میو ہسپتال کے شعبہ

امراض قلب کے ماہرین میں ڈاکٹر حاجی اشفاق شیخ' ڈاکٹر آفتاب احمد طارق، ڈاکٹر حسن البناء' غازی صاحبان نے بڑی محبت کا مظاہرہ فرمایا۔

لیبارٹری رپورٹیں حسب معمول ڈاکٹر عبدالرشید قاضی صاحب کی بندہ پروری کا مظاہرہ ہیں۔ ان کے ساتھ عزیزی فضل محمود کی محنت بھی شامل ہے۔ محمود صاحب نے مسودات مہیا کرنے میں بھی اپنی محبت کا مظاہرہ فرمایا۔

قرآنی آیات اور احادیث کی نوک پلک سنوارنے میں مولانا فضل الرحمان محمد الازہری' حافظ احمد شاکر اور مولانا حافظ عبدالرشید صاحبان کی نوازشات میسر رہیں۔

کتابِ مقدس کے حوالے پاکستان بائبل سوسائٹی کے پادری حنوق حق صاحب کی توجہ کے بعد شامل کیے گئے۔

مسودات کی چیکنگ اور پروف ریڈنگ میں بیگم ثمینہ غزنوی' ڈاکٹر سعد غزنوی کی کوششیں شامل رہیں۔

یہ کتاب ایک کار خیر ہے جسے محمد فیصل خاں صاحب نے خلوص اور جذبہ کے ساتھ شائع کیا۔

لاہور کی فیروز پور روڈ پر چھاتی کی بیماریوں کا ایک بڑا اچھا گلاب دیوی ہسپتال قائم ہے۔ اب اس کے ساتھ امراض قلب کا ایک مکمل اور جدید شعبہ شامل کر دیا گیا ہے۔ اس کی سربراہی میو ہسپتال کے سابق ماہر امراضِ قلب پروفیسر محمد زبیر صاحب فرما رہے ہیں۔ یہ شعبہ دل کے مریضوں کی جو خدمت سرانجام دیتا ہے اسی سلسلہ میں پروفیسر محمد زبیر صاحب نے اس کتاب کے لیے دیباچہ مرحمت فرمایا۔

میں ان سب صاحبوں کا مشکور ہوں کہ انہوں نے اس کاوش کو مفید بنانے میں میرے ساتھ تعاون فرمایا۔ اللہ تعالیٰ ان کو ان کی محبت اور خلوص کا صلہ عطا فرمائے۔ آمین۔

خالد غزنوی

۴۲۔ حیدر روڈ' اسلام پورہ' لاہور

باب 2

دل کا تصور آسمانی کتب اور احادیث میں

دل ایک عضو ہے۔ جو اکثر حیوانات میں پایا جاتا ہے۔ اس کی دھڑکن ہر جاندار کے جسم میں خون کو گردش میں لانے کا باعث بنتی ہے۔

دل چونکہ کسی چیز کا نام ہے۔ اس لیے گرائمر میں اسے اسم کہتے ہیں۔ انگریزی میں اسم کو Noun کہتے ہیں۔ اگر وہ کسی عام چیز کا نام ہے تو وہ Common Noun ہے۔ اگر یہ نام کسی خاص چیز کا ہے تو اسے Proper Noun کہتے ہیں۔ عربی گرائمر میں بات یوں نہیں۔ یہ ایک جامع اور مکمل علم ہے۔ اس میں اسم کو بڑی وضاحت سے اور اس کی ہر ماہیت اور صفت کے مطابق بیان کیا گیا ہے۔ دل کو اسمِ آلہ قرار دیا گیا ہے۔ پھر اس کو لغوی ترکیبوں سے مختلف حالتوں کے مطابق استعمال کیا گیا ہے۔

عربی میں دل کو عام طور پر قلب کہا جاتا ہے۔ لیکن اس کے ہم معنی ایک اور لفظ فواد بھی مستعمل ہے۔ اس کو قرآن مجید نے بڑی خوبصورت آیت میں یوں بیان فرمایا ہے۔

ان السمع والبصر و الفواد کل اولئک کان عنه مسئولا۔ (۳۶۔ الاسراء)

(تم اپنی سماعت، بصارت اور دل کے بارے میں ہر چیز کے ذمہ دار ہو گے۔)

اس کا مطلب یہ ہے کہ اللہ نے تم کو یہ نعمتیں عطا کی ہیں۔ تم کو چاہیے کہ ان کو اچھے طریقے اور بہتر انداز میں استعمال کرو۔ اگر تم ان کا غلط استعمال کروگے تو اس کا حساب لیا جائے گا۔ یوں بھی کہا جاسکتا ہے کہ ان کو اگر صحیح صورتِ اعتدال میں استعمال کیا جائے تو ٹھیک ہے ورنہ ان میں خرابی پیدا ہو جائے گی۔ یہ چیزیں انسانی اور حیوانی زندگی میں بڑی اہمیت رکھتی ہیں۔

قرآن مجید انسانوں کی ہدایت اور بہتری کے لیے اتارا گیا ہے۔ وہ انسانوں کو عنایات باری تعالیٰ کی جانب متوجہ کرتا رہتا ہے۔ تاکہ وہ محسوس کریں کہ ان کو ان کے فائدے کے لیے کیا کچھ دیا گیا ہے۔

وجعل لکم السمع و الابصار و الافئدۃ لعلّکم تشکرون
(۷۸۔النحل)

(ہم نے تمہارے فائدے کے لیے سماعت بصارت اور دل بنائے تاکہ تم شکر گزارر ہو)۔

وھوالّذی انشا لکم السّمع و الابصار و الافئدۃ قلیلا ما تشکرون (۷۸۔المومنون)

(تمہارا رب وہی ہے جس نے تمہارے لیے سماعت بصارت اور دل بنائے۔ تاکہ تم اس کے شکر گزارر ہو)۔

اسی طرح کا ارشاد سورۃالسجدہ کی آیت ۹ میں بھی فرمایا گیا ہے۔

ولقد مکنا ھم فیما ان مکنا کم فیہ و جعلنا لھم سمعا و ابصارا و افئدۃ۔ (۲۶۔الاقاف)

(ہم نے ان کو وہ چیزیں بھی دیں جو تمہارے پاس نہ تھیں۔ ہم نے تم کو کان، آنکھیں اور دل دیئے)۔

اس کے ساتھ فواد کی جمع افئدۃ کو ایک دوسرے معنی کے ساتھ یوں استعمال فرمایا

گیا ہے۔

فاجعل افئدة من الناس تهوی الیهم و ارزقهم من الثمرات۔ (۳۷۔ابراھیم)

ان کو رزق اور پھل دیے گئے۔ لیکن ان میں سے کتنے ایسے ہیں جن کے دل تیری طرف جھکتے ہیں)۔

فواد کے لفظی معنی دل ہیں۔ لیکن جب دل پر کسی قسم کا بوجھ آجائے تو اس کو یوں بیان فرمایا گیا ہے۔

واصبح فؤاد اُمّ موسی فٰرغاً۔ (۱۰۔القصص)

(اور جب صبح ہوئی تو موسیٰؑ کی والدہ کا دل بے قرار ہو گیا)۔

جب ہم کسی انسان کی عقل و فراست کا تذکرہ کرتے ہیں تو حواس خمسہ کو اہمیت دی جاتی ہے۔ ان حواس خمسہ کے تمام ارکان عام حس سے تعلق رکھتے ہیں۔ ان کا سوچ بچار سے کوئی تعلق نہیں ہوتا۔ جب کوئی شخص اپنا مکان فروخت کرتا ہے تو منتقلی کے اقرار نامہ میں "بقائمی ہوش و حواس خمسہ" تحریر کرتا ہے۔ جب کہ ان میں سوچنے، سمجھنے یا فیصلہ کرنے والی طاقت شامل نہیں۔

ہم نے قرآن مجید کی جن آیات کا تذکرہ کیا ہے ان میں فواد، افئدہ کے معنی دل کے ہیں۔ لیکن جس شکل میں انہیں انسانی صفات کے طور پر بیان کیا گیا ہے اس سے مراد دل یا دھڑکن قرار دینا کافی نہ ہوگا۔

بیٹے کو حکم الٰہی کی تعمیل میں دریا میں پھینک دینے کے بعد ایک ماں کا دل کس قدر بے قرار اور پریشان ہو گا۔ موسیٰ علیہ السلام کی والدہ محترمہ اپنے بیٹے کے لیے مضطرب تھیں۔ سورۃ القصص میں ان کے اضطراب کو مطمئن کرنے کا تذکرہ اس بات کی دلالت کرتا ہے کہ دل سے مراد ذہن بھی ہے۔ کیونکہ آج کی تحقیقات کے مطابق سوچنا، سمجھنا، فکر، خوشی، اضطراب، یادداشت کے علاوہ بولنا، سننا، دیکھنا بھی دماغ کی صفات ہیں۔ دماغ میں بینائی،

سماعت' گفتار' جسمانی حرکات کے باقاعدہ مراکز موجود ہیں۔ اگر ان میں کوئی خرابی پیدا ہو جائے تو متعلقہ خاصیتیں متاثر ہو جاتی ہیں۔

جب کسی شخص کو فالج ہوتا ہے تو ہماری اس کے ہاتھوں' پیروں یا چہرے کے عضلات میں نہیں ہوتی بلکہ ان کی حرکات کو کنٹرول کرنے والے دماغی مراکز متاثر ہوتے ہیں۔ دماغ میں جب کوئی رسولی نمودار ہوتی ہے اور وہ مرکب بصارت پر دباؤ ڈالتی ہے تو مریض کی بینائی متاثر ہو جاتی ہے۔ اور یہی کیفیت بصارت بلکہ یادداشت کے بارے میں بھی ہو سکتی ہے۔

ہماری بول چال میں دل ایک وسیع المعانی لفظ ہے۔ جسے ایک آلہ کی دھڑکن کے علاوہ انسانی جذبات اور جبلتوں کے اظہار کا باعث بھی قرار دیا جاتا ہے۔ مثلاً دل میں خیال آتا ہے۔ دل ٹوٹ جاتا ہے۔ کسی پر دل آجاتا ہے۔ اس کی صورت دل پر کندہ ہو گئی۔ انگلستان کی ملکہ الزبتھ اول نے فرانس سے شکست کھانے کے بعد کہا تھا۔

"جب میں مروں گی تو تم دیکھو گے کہ لفظ "اکیلے" میرے دل پر کندہ ہو گا"

اردو شاعری میں لوگوں نے اپنے عشقیہ جذبات کے اظہار کے لیے دل کو کثرت سے الزام دیا ہے۔ ایک زمانہ میں جدائی سے ہونے والی جذباتی کیفیت کو دردِ دل کا نام دیا گیا ہے۔

یاالٰہی مٹ نہ جائے دردِ دل
مٹنے والوں کو مٹائے دردِ دل

جب دل کو اپنی ضرورت کے مطابق خون میسر نہیں آتا تو وہ اس شدید تکلیف کا اظہار درد کی صورت میں کرتا ہے۔ اگر یہ رکاوٹ عبوری ہو تو طب میں اسے Angina Pectoris کہتے ہیں۔ اگر یہ صورت مستقل طور پر جاری رہے تو یہ Coronry Thrombosis کہلاتی ہے۔ دل کی یہ دونوں حالتیں خطرناک اور جان لیوا ہوتی ہیں۔ نادان شاعران کو مذاق سمجھتے رہے۔

تقسیم ملک سے پہلے لاہور میں امراضِ قلب کے ایک جید ماہر خان بہادر ڈاکٹر محمد

یوسفؒ ہوا کرتے تھے۔ انہوں نے ایک نجی مجلس میں یہ واقعہ سنایا۔

ایک شاعر کسی ڈاکٹر کے پاس گیا۔ اس ڈاکٹر کو اس نے اپنی جذباتی وابستگی میں ناکامی کی وجہ سے ہونے والی تکلیفوں کی داستان سنائی۔ اپنی بے خوابی' سانس میں گھٹن اور سینے میں جلن کا احوال بیان کیا۔ ڈاکٹر نے تفصیل سے معائنہ کیا اور بتایا کہ یہ بیماری Angina ہے۔

مریض کہنے لگا۔ "نہیں! ڈاکٹر صاحب! اس لڑکی کا یہ نام نہیں ہے۔"

Angina نام سے وہ یہ سمجھا کہ ڈاکٹر صاحب اس کی محبوبہ کا نام بتا رہے ہیں۔ کیونکہ صوتی اثرات سے یوں معلوم ہوتا ہے کہ جیسے یہ کسی مغربی لڑکی کا نام ہے۔

دل کو انگریزی ادب میں بھی سوچ بچار کے ذریعہ کے طور پر استعمال کرتے ہیں۔ جیسے کہ شکستہ دلوں کو Broken Hearts کہا جاتا ہے۔

Heart has its own ways سے مراد دل اپنا راستہ خود متعین کرتا ہے۔

بات اردو انگریزی تک موقوف نہیں۔ زمانہ قدیم سے لوگ سوچنے' سمجھنے وغیرہ کی ذہنی صلاحیتوں کو دل سے موسوم کرتے آئے ہیں۔ فارسی کی ایک مشہور کہاوت شعری صورت میں یوں مشہور ہے ؎

دل بدست آور کہ حجِ اکبر است
از ہزاراں کعبہ یک دل بہتر است

(کسی کی دل جوئی کرنا حج اکبر کے برابر ہے۔ کیونکہ ایک ہزار کعبوں سے کسی کے دل کو تسلی دینا زیادہ بہتر ہے)۔

یہ مشہور شعر ہمارے شعائر کی توہین کے مترادف ہے۔ قرآن مجید نے کعبہ کو زمین پر اللہ کا پہلا گھر قرار دیا ہے۔ کسی اور چیز کو اللہ کے گھر سے زیادہ اہمیت دینا تعلیمات اسلامی کی توہین ہے۔

عشق کی تعریف میں نظیری نے بتایا ہے کہ ؎

عاشقی چیست بجو بندۂ جاناں بودن

دل بدستِ دگرے دادن وحیراں بودن

(عاشقی سے مراد محبوب کا غلام ہو جانا ہے۔ اپنا دل کسی اور کے ہاتھ میں دے کر خود حیران ہو جانا ہے)۔

فارسی کے علاوہ عربی کی قدیم شاعری میں بھی دل کو جذباتی کیفیات کا مرکز قرار دیا ہے۔ قیس عامری جاہلیت کی شاعری میں بڑی اہمیت رکھتا ہے۔ لیلیٰ سے موانست کے مسئلہ پر کہتا ہے ؎

اتانی هوا ها قبل ان اعرف الهوا

فصاد فقلبا خاليا فتمكنا

(اس نے اپنی محبت مجھے اس وقت دی جب میں محبت سے آشنا نہ تھا۔ اس نے جب میرے دل کو خالی دیکھا تو وہ اس میں داخل ہو کر متمکن ہو گئی)۔

قدیم عربی شاعری کے علاوہ قدیم ترین مکمل کتاب "توریت مقدس" میں بھی دل کو جذبات کا مرکز قرار دیا ہے۔ توریت کی آیات کا تذکرہ آسمانی کتب کے عنوان تلے آگے چل کر پیش کریں گے۔

قرآن مجید اللہ تعالیٰ کی الہامی کتاب ہے۔ انسانی جسم کی ساخت اور فعالیت کو اللہ تعالیٰ ہم سے زیادہ جانتا ہے۔ قرآن مجید میں دل کو خیالات کا مرکز بیان کرنے والا روزمرہ کے محاوروں کے مطابق ہے۔ کیونکہ روزمرہ کی بول چال اور محاوروں میں خوشی، غمی، محبت اور نفرت کا تعلق دل سے ہی بیان ہوتا آیا ہے۔ لیکن وہ دل کو اس کی فعالیت اور Anatormy سے خوب آگاہ ہے۔ ارشاد باری تعالیٰ ہے۔

ما جعل الله لرجل من قلبين في جوفه۔ (۴۔الاحزاب)

(اللہ تعالیٰ نے ایسا کوئی آدمی تخلیق نہیں کیا جس کے سینہ میں دو دل

ہوں)۔

بچے جب پیدا ہوتے ہیں تو ان میں کبھی کبھی خلقی نقائص ملتے ہیں۔ کسی کے ہاتھ میں پانچ کی جائے چھ انگلیاں ہو سکتی ہیں۔ اسی طرح جسم کے دوسرے اعضاء میں بھی خلقی نقائص نظر آ سکتے ہیں۔ ان مسائل کو Congenital Abnormalaties کا نام دیا گیا ہے۔ بچوں کے دلوں میں پیدائشی نقائص اکثر مل جاتے ہیں۔ ہم نے درجنوں بچے ایسے دیکھے ہیں جن کے دلوں میں چار کی جائے تین یا پانچ خانے بھی دیکھے گئے ہیں۔ لیکن آج تک کوئی ایسا بچہ پیدا نہیں ہوا جس کی چھاتی میں دو دل موجود ہوں۔ قرآن مجید نے اعلان کیا ہے کہ کسی بھی شخص کی چھاتی میں دو دل نہیں ہوں گے۔ اس اعلان کے ۱۴۰۰ سال بعد آج تک ایسا کوئی فرد دیکھنے میں بھی نہیں آیا اور نہ ہی آسکتا ہے۔

قرآن مجید نے دل کے مسائل پر سیر حاصل ارشادات عطا کیے ہیں۔ جن میں سے اکثر و بیشتر روزمرہ کے محاوروں کے مطابق ہیں۔

ابتداء میں ہی ارشاد فرمایا۔

ختم الله علی قلوبهم و علی سمعهم و علی ابصارهم
غشاوة۔۔۔۔ (۷۔البقرہ)

(اللہ تعالیٰ نے ان کے دلوں پر مہر کر دی ہے۔ اور ان کے کانوں پر بھی مہر ہے۔ اور ان کی آنکھوں پر پردہ ڈال دیا گیا ہے)۔

یہ ان لوگوں کے بارے میں ہے جن کو رشد و ہدایت کا پیغام ملتا ہے وہ سچائی کی آواز سنتے ہیں لیکن وہ اس پر عمل پیرا نہیں ہوتے۔ اللہ تعالیٰ نے ان کے دلوں پر مہر لگا دی ہے۔ وہ سچائی کو سمجھنے کی اہلیت کھو دیتے ہیں۔ ان کے کان اچھی باتیں سننے کے باوجود ان کو قبول نہیں کرتے۔ وہ معجزے دیکھتے ہیں لیکن یہ بینائی ان کو سچائی کی طرف لے کر نہیں جاتی۔ یہی بات ایک دوسری جگہ یوں واضح فرمائی گئی۔

ان اخذ الله سمعكم و ابصاركم و ختم علی قلوبكم

من اله غیر الله یاتیکم بہ۔(۶ عٌ۔الانعام)
(اگر اللہ تمہارے دلوں پر مہر کر دے۔ تمہاری سماعت اور بینائی سلب کر لے تو تمہارا کون سا ایسا معبود ہے جو یہ چیزیں تم کو واپس لا دے)۔
دلوں پر مہر لگانے والی بات کو مغرور اور متکبرین کے بارے میں یوں فرمایا گیا ہے۔
کذالک یطبع الله علی کل قلب متکبر جبار۔ (۳۵۔غافر)
(اور اس طرح اللہ تعالیٰ ہر مغرور اور جابر کے دل پر مہر لگا دیتا ہے)۔
قرآن مجید نے مشرکوں، منافقوں اور مخالفین دین حق کو دل کی بیماری میں مبتلا قرار دیا ہے۔

و اذ یقول المنافقون و الذین فی قلوبھم مرض ما و عدنا الله و رسوله الا غرورا۔(۱۲۔الاحزاب)
(جب ان کے دلوں میں تکلیف ہوئی تو منافقوں میں سے وہ اشخاص جن کے دلوں میں بیماری تھی کہنے لگے کہ اللہ اور اس کے رسول نے ہماری حفاظت کا وعدہ کیا تھا)۔
پھر ارشاد ربانی ہوا۔

رایت الذین فی قلوبھم مرض ینظرون الیک نظر المغشی علیه من الموت فاولیٰ لھم۔(محمد۔۲۰)
(کیا تم نے غور کیا کہ جن کے دلوں میں بیماری ہے تیری جانب ایسی مدہوشی کی نظر سے دیکھتے ہیں جیسے کہ ان کو موت آنے والی ہے اور وہ ان کو آنے والی ہے)۔
قرآن مجید میں دل کے معنی ہیں فواد اور اس کے مصادر ۱۲ مرتبہ بیان ہوئے ہیں۔۔۔۔۔دل کے لیے قلب اور اس کی دوسری حالتیں یوں بیان ہوئیں۔
نقلب۔ تقلبوا۔ تقلبھم = ۳۰ مرتبہ۔
قلب۔ قلبک۔ قلبہ۔ قلبوا۔ قلبھا۔ قلبی۔ قلبین۔

قلوب = ۳۸ مرتبہ۔

قلوبکم۔ قلوبکما۔ قلوبنا = ۲۲ مرتبہ۔

قلوبھم = ۶۸ مرتبہ۔

قلوبھن = ۱ مرتبہ۔

احادیثِ نبویؐ

نبی ﷺ نے ارشادات باری کی عملی تشریح فرماتے ہوئے دل اور اس کی بیماریوں کے بارے میں سنہری حرفوں میں لکھے جانے کے قابل تحفے عطا فرمائے ہیں۔

مثل القلب کمثل الریشه معلقة فی اصل شجرة۔ (ابن ماجہ۔ مسند احمد)

(دل کی مثال اس پتے یا لٹکنے والے ریشے کی سی ہے جو درخت کے ساتھ لٹکا رہتا ہے)۔

اس مثال کے بعد دل کی حیثیت کو واضح فرماتے ہوئے ارشاد گرامی ہے۔

القلوب اربعة قلب اجرد فیه مثل السراج یزهر و قلب اغلف مربوط علی غلافه و قلب منکوس و قلب وصفح۔(مسند احمد)

(دل کی چار قسمیں ہیں۔ وہ دل جو بالکل خالی ہے اور دیئے کی طرح چپ چاپ کام کرتا ہے۔ وہ دل جو اپنے غلاف میں ڈھکا ہوا ہے۔ ٹھیک ٹھاک کام کر رہا ہے۔ پھر وہ دل جو الٹے خیالات سے بھرا ہوا ہے۔ اور وہ دل جو صاف ستھرا ہے)۔

دل کی اہمیت کے بارے میں نبی ﷺ نے فرمایا۔

ان فی الجسد مضغة' اذا صلحت صلح الجسد کله و

اذا فسدت الجسد کلہ الاوھی القلب۔ (مسلم۔بخاری)۔

(تمہارے جسم میں گوشت کا ایک لوتھڑا ہے۔جب وہ تندرست ہو تو سارا جسم تندرست رہتا ہے۔اور جب وہ بیمار ہوتا ہے تو سارا جسم بیمار ہو جاتا ہے۔اور یہ لوتھڑا دل ہے)۔

طب جدید نے دل کی بیماریوں سے بچنے کے لیے لوگوں کے لیے ہدایات مرتب کی ہیں۔وہ کہتے ہیں کہ ان ہدایات پر عمل کرنے سے دل کے دورہ سے بچا جا سکتا ہے۔ان ہدایات کی ناکامیاں ہم روز دیکھتے ہیں۔ بھارتی نرس مدر ٹریسا کی موت ان تمام ہدایات اور مشاہدات کی ناکامی کا ثبوت ہے۔

مدر ٹریسا دبلی پتلی خاتون تھی۔وہ بہت کم کھاتی تھی۔اس کی غذا میں چکنائی برائے نام ہوتی تھی۔وہ سارا دن پیدل چلتی تھی۔ سگریٹ نوشی نہیں کرتی تھی۔ شراب کی باقاعدہ عادت نہ تھی۔اس محتاط زندگی کے باوجود پہلے اسے نمونیہ کا شدید حملہ ہوا۔جس کا بہترین علاج کیا گیا۔وہ ٹھیک ہو گئی۔ پھر اسے دل کا دورہ پڑا اور مر گئی۔

دل کے دورہ کو نبی ﷺ نے بڑی اہمیت عطا فرمائی ہے۔انہوں نے تندرستی کو قائم رکھنے کے لیے سنہری اصول دیئے۔وہ دل اور اس کی فعالیت کو اہمیت دینے کے بعد خوراک میں ایسے عناصر کی نشاندہی فرماتے ہیں جن کے استعمال سے دل محفوظ رہتا ہے۔ پھر وہ ادویہ کا تذکرہ فرماتے ہیں۔دل کی بیماریوں کے علاج کے بارے میں جدید ترین صورت یہ ہے کہ جس کو ایک مرتبہ یہ تکلیف ہو گئی وہ ہمیشہ اس میں مبتلا رہے گا۔عام حالات میں اسے پرہیزوں کی ایک لمبی فہرست کے ساتھ ساتھ 60روپے روزانہ کی دوائیں کھانی ہیں۔ ہر ماہ اپنے ڈاکٹر سے ملنا ہے۔ مختلف ٹیسٹ اور فیس مشورہ کے بعد اسے بتایا جاتا ہے کہ اس کے لیے اپریشن کروالینا زیادہ بہتر ہوگا۔ورنہ وہ جو کچھ بھی کرلے اس کی موت دل کے دورہ سے ہی ہو گی۔

اس کے مقابلے میں نبی ﷺ نے طب کی تاریخ میں پہلی مرتبہ دل کے دورہ کی تشخیص فرمائی۔ مریض کا علاج کیا اور وہ بالکل تندرست ہو گیا۔

باب 3

کتابِ مقدّس اور دل

توریت' زبور اور انجیل اللہ کا کلام ہیں۔ ہم سے پہلے آنے والی اقوام کو روشنی اور ہدایت ان کے ذریعہ سے عطا کی گئی۔ ان کا اسلوب بیان بھی وہی ہے جو قرآن مجید کا ہے۔ جب دل کے مسئلہ کو ان کتب مقدسہ میں دیکھیں تو دل کا تذکرہ مختلف انداز میں نظر آتا ہے۔ مثلاً

جھوٹی باتوں سے دل نہ لگائیں۔ (خروج' ۵ : ۹)۔

فرعون کا دل سخت ہو گیا (خروج' ۲۲ : ۸۔ ۱۹)۔

پھر اسی باب میں دوسری جگہ ارشاد فرمایا۔

اللہ نے فرعون کے دل کو سخت کر دیا۔ (۱۰ : ۱ :۔ ۲۰ : ۲۷)۔

لیکن حیرت کی بات ہے کہ دل آنا' دل سخت ہونا' دل میں خوشی ہونے کے ساتھ ساتھ ایک جگہ ایک عجیب محاورہ استعمال میں لایا گیا۔

ان کا نامختون دل عاجز بن جائے۔ (احبار۔ ۴۱ : ۲۸)۔

مختون کا لفظ عقلمند ہونے کے معنی میں استعمال ہوتا ہے۔ ترجمہ پر شبہ ہوا تو انگریزی کی توریت دیکھی گئی جس میں عبارت بھی اسی طرح کی یوں ہے۔

"......brought them into the land of their enemies; if then their un-circumcised heart is humbled and they make

amends for their in quity; Then I will remember." (Lenticus 26: 41)

توریت مقدس اور انجیل میں دل کا ذکر بار بار ملتا ہے۔

خداوند دل پر نظر کرتا ہے۔ (سموئیل ۱۰ : ۹)۔

زبور مقدس میں دل کا تذکرہ برائی سے بچنے کے لیے آیا ہے۔

جبر کے مال پر اعتبار نہ کر۔

اپنی امیدیں ڈکیتی کے مال پر نہ لگا۔

اگر مال ودولت میں اضافہ ہو جائے۔

تو اپنا دل ان پر نہ لگا۔ (زبور۔ ۱۰ : ۶۲)

کسی کی عزت کرنے یا نہ کرنے میں بھی دل کو ملوث کیا جاتا ہے۔

شریروں کے دل بے قدر ہیں۔ (امثال۔ ۱۰ : ۲۰)۔

خوشی بھی دل سے وابستہ ہوتی ہے۔ اور غم بھی دل سے متعلق رہتا ہے۔

تو نے جھوٹ بول کر صادق کے دل کو اداس کیا۔ (حزقی ایل۔ ۱۲ : ۲۲)۔

......اور تمہارا دل خوش ہوگا۔ (یوحنا۔ ۱۶ : ۲۲)۔

توریت 'زبور اور انجیل' قرآن مجید سے پہلے نازل ہوئیں۔ ان کے بیانات اور آیات میں دل کو کسی جگہ بھی جسم کے تشریحی عضو کے طور بیان نہیں کیا گیا۔ ہر جگہ دل ایک محاورے کی صورت میں استعمال ہوا ہے۔ جیسے کہ دل پسند' تیرا دل' میرا دل' دل آویز' اپنا دل' دل جس کا' دلدار' دلداری' دل سے' دل کش' دل لگا' دل لگی' دل وجان۔ وغیر ھم۔

قرآن نے اسی طور دل کو بطور محاورہ استعمال کیا ہے۔ لیکن دو مقامات پر وہ دل کو بطور عضو بیان کیا گیا ہے۔ نبی ﷺ نے فواد کی شکل میں اکثر جگہ دل کو بطور ایک عضو ہی کے بیان کیا ہے۔ البتہ مسند احمد کی ایک روایت میں دل کو قلب اور فواد کی دونوں شکلوں میں بیان فرمایا گیا۔

ان اللہ سشئت قلبک و ھاد فوادک۔

یہ ایک تاریخی حقیقت ہے کہ ایّام طفولیت میں ایک روز فرشتے رسول اللہ ﷺ کے پاس آئے۔ ان کو زمین پر لٹایا۔ ان کے سینہ کو چاک کیا اور ان کا دل نکال کر اس کو آب زم زم سے دھو کر صاف کر کے دوبارہ سینہ میں رکھ دیا۔ اسے النسائی نے ان الفاظ میں بیان کیا ہے۔

فغسل القلب بماء زمزم۔

یہ واقعہ ان کے ساتھ کھیلنے والے بچوں نے دور سے دیکھا۔ پھر دوسروں کو بیان کیا۔ لیکن کمال کی بات یہ ہے کہ اس زبردست اپریشن کا ان کے سینہ مبارک پر کوئی نشان نہ تھا۔

باب 4

جانداروں میں دل اور اس کی ساخت

Structure & Working of Heart in Animals

انسانی جسم کو کام کرنے کے لئے اپنی ضروریات اور توانائی خون کے ذریعہ سے حاصل ہوتی ہے۔ وہ چیزیں جو جسم کے لیئے بے کار ہوتی ہیں ان کو جمع رکھنے کی بجائے خون ہی کے ذریعہ باہر نکال دیا جاتا ہے۔ خون جب گردوں اور جگر سے گزرتا ہے تو یہ نامناسب اور فالتو چیزوں کو چن لیتے اور جسم سے باہر نکال دیتے ہیں۔

کام کرنے کے لئے جسم کو آکسیجن کی ضرورت پڑتی ہے۔ یہ آکسیجن خون ہی کی وساطت سے ہر جگہ پہنچائی جاتی ہے۔ کارکردگی کے دوران جسم کی بافتوں میں کاربن ڈائی آکسائیڈ وغیرہ قسم کی گیسیں بھی پیدا ہوتی ہیں۔ ان کا جسم کے اندر پڑے رہنا نامناسب یا خطرناک ہوسکتا ہے۔ جب خون کسی حصہ میں جاتا ہے تو وہاں سے ناپسندیدہ کیمیات کو واپس لے آتا ہے۔ اس طرح خون ضروریات کو مہیا کرنے اور غیر مطلوبہ اشیاء کو واپس نکالنے کا ذریعہ بنتا ہے۔

خون جب پھیپھڑوں میں جاتا ہے تو اپنے اندر کی مضر گیسوں کو باہر نکال دیتا ہے۔ اور وہاں سے تازہ ہوا یا آکسیجن لے کر واپس آتا ہے۔ جب ہم سانس لیتے ہیں تو ایک منٹ

میں 18 مرتبہ تازہ ہوا اندر داخل کرتے اور اتنی ہی مرتبہ کاربن ڈائی آکسائیڈ وغیرہ خارج کرتے ہیں۔ سانس کی آمدورفت زندگی کے لئے اہم ترین خدمت ہے۔ اگر تازہ ہوا مسلسل میسر نہ آئے یا تنفس کا سلسلہ تھوڑی دیر کے لئے رک جائے تو خطرناک واقعات پیش آسکتے ہیں۔

دماغ کو اگر دو منٹ تک تازہ ہوا میسر نہ آئے تو وہ گل کر پگھل جاتا ہے۔ آکسیجن اگر 3 منٹ تک میسر نہ آئے تو موت واقع ہو سکتی ہے۔ اس لئے پانی میں ڈبکی لگانے والے بہت کم عرصہ اندر رہ سکتے ہیں اور اگر کوئی ڈوب جائے اور اسے سانس لینی میسر نہ ہو تو موت واقع ہو جاتی ہے۔

سانس کی آمدورفت خون کو تازہ ہوا مہیا کرنے کے لئے ہوتی ہے اور یہاں پر ایک آسان سوال پیدا ہوتا ہے کہ خون ایک جگہ سے دوسری جگہ پورے جسم میں گردش کرتا ہے اور دور افتادہ مقامات سے ان کا کوڑا اٹھا کر لاتے رہنے کا مسلسل عمل انجام دیتا ہے وہ یہ خدمت کیونکر انجام دیتا ہے؟

خون کو رواں دواں رکھنے کے لئے قدرت نے اس کے اندر ایک پمپ لگا دیا ہے۔ شہروں کی واٹر سپلائی یا گھروں میں اوپر کی منزلوں تک پانی پہنچانے کے لئے بھی پمپ استعمال کئے جاتے ہیں۔ ایک قسم کے پمپ پانی مہیا کرتے ہیں اور جمع شدہ پانی کو نکالنے والے پمپ کی قسم دوسری ہوتی ہے۔ لیکن قدرت کی صناعی کو دیکھئے کہ اس نے خون کو جسم کی طرف روانہ کرنے اور اسے واپس لانے اور پھر پھیپھڑوں کو روانہ کرنے اور وہاں سے آکسیجن والا خون واپس وصول کرنے کے کام صرف ایک ہی پمپ میں سمو دیئے ہیں۔ یہ پمپ ہمارا دل ہے۔

دل کی کارگزاری

آج تک دنیا میں کوئی ایسا پمپ نہیں بن سکا جو دن رات کسی وقفہ کے بغیر چلتا رہے اور یہ عمل 100 سال سے بھی زائد عرصہ تک محیط رہے۔ قدرت نے ایک ایسا پمپ بنایا اور

اسے انسانوں اور جانوروں کی چھاتیوں میں نصب کر کے اسے دل کا نام دیا۔

دل کا حجم

ایک عام انسانی دل300-250 گرام وزن کا ہوتا ہے۔ اس کا سائز ایک عام آدمی کی بند مٹھی کے برابر ہوتا ہے۔ جبکہ دوسرے جانداروں میں اس کی ضخامت ان کی ڈیل ڈول اور جسمانی ضروریات کے مطابق ہوتی ہے۔

انگریزی بیل کے دل کا وزن 4 کلو تک بتایا جاتا ہے۔ جبکہ پاکستانی بیل کا دل1.5 کلو کے برابر ہوتا ہے۔ بھینس کا دل3-2 کلو کے درمیان ہوتا ہے۔ بکرے کا دل200 گرام کے لگ بھگ ہوتا ہے۔ خنزیر کا دل انسان سے زیادہ وزنی اور وزن میں ایک کلو کے قریب ہوتا ہے۔ جبکہ مرغی کا دل20-12 گرام ہوتا ہے۔

جانوروں میں گھوڑے کا دل اگرچہ زیادہ جسیم نہیں ہوتا لیکن اس کی بیرونی نالیوں کے ساتھ مڑکنی ہڈی(Cartilagenous Bone) ہوتی ہے۔ وہ اس لئے کہ دوڑتے رہنے کی وجہ سے اس کی نالیوں پر دباؤ بڑھتا رہتا ہے۔

ایشیائی ممالک میں دل کے حجم کے بارے میں کافی غلط فہمیاں پائی جاتی ہیں۔ خیال کیا جاتا ہے کہ جس کا دل بڑا ہو وہ زیادہ جری اور بہادر ہوتا ہے۔ کہتے ہیں کہ سردار جگت سنگھ (جگا ڈاکو) کے پوسٹ مارٹم کے موقعہ پر اس کے دل کا وزن ایک سیر نکلا۔ جگت سنگھ عملی آدمی اور جفاکش تھا۔ اگر اس کا دل ایک سیر وزنی ہوتا تو وہ بہادری یا جنگ جوئی کا کوئی کام نہ کر سکتا تھا۔ دل کا بڑا ہونا یا پھیلنا بیماری ہے۔ انسانی دل کے والو بند ہو جائیں تو وہ ایک طرف سے پھیلنے لگتا ہے۔ یہ پھیلا ہوا دل طب میں Cor Bovinum (چوپائے کا دل) کہلاتا ہے۔ اسی طرح دوسری بیماریوں میں بھی دل پھیل سکتا ہے اور Enlargement of Heart کی یہ تکلیف صحت مند دل کی شکل نہیں۔ جن کے دل پھیل جاتے ہیں۔ ان کی جسمانی قوت کم ہو جاتی ہے۔ ان کو سانس چڑھا رہتا ہے اور وہ کسی کارنامہ کے قابل نہیں رہتے۔

چائے میں پائے جانے والی کیفینCaffeine کے بارے میں خیال رہا ہے کہ وہ خون کی نالیوں کو وقتی طور پر چوڑا کرتی ہیں۔ کلسیم کے بارے میں خیال کیا جاتا ہے کہ وہ دل کی دھڑکن کو بڑھنے نہیں دیتا۔ جدید مشاہدات سے معلوم ہوتا ہے کہ دھڑکن کے دوران ہر خلیہ میں کیمیاوی تبدیلیاں ہوتی ہیں۔ جن میں کلسیم کا ایک اہم مقام ہے۔

ابھی تک ایسی کوئی دوائی معرض وجود میں نہیں آئی جس کے بارے میں وثوق سے یہ کہا جا سکے کہ وہ دل کے عضلات کو مضبوط کرتی ہے اور ان کی کارکردگی کو بہتر بناتی ہے۔ اس مفروضہ کے برعکس کرنل چوپڑا کی تحقیقات کے مطابق قسط شیریں وہ منفرد دوائی ہے جو دل کے عضلات کو طاقت دیتی ہے۔

ایک قبائلی سردار کے بارے میں مشہور ہے کہ مرنے کے بعد اس کا دل سوا سیر کا نکلا۔ جس شخص کا دل سوا سیر ہو وہ نہ تو پہاڑوں پر چڑھ اتر سکتا ہے اور نہ ہی جسمانی مشقت کا کوئی کام کر سکتا ہے۔

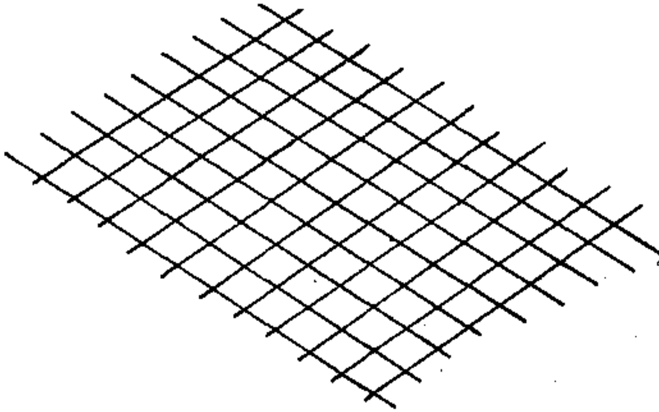
دل کا بڑا ہونا ایک خطرناک بیماری ہے۔

دل کے عضلات

بچہ جب شکم مادر میں پرورش پاتا ہے تو دوسرے اعضاء کی طرح دل بھی اپنی ساخت پاتا ہے۔ چار ہفتوں کے بعد ایک کمان سے تخلیق شروع ہو جاتی ہے۔6-8 ہفتوں کے درمیان اذن اور بطن بنتے ہیں۔ آٹھویں ہفتے کے بعد اس کی شکل پہچانی جا سکتی ہے۔ اس کے بعد اندرونی آلات اور ان کا جسم سے تعلق آہستہ آہستہ تکمیل پاتا ہے۔

انسانی جسم کے عضلات کی دو قسمیں ہیں۔ پہلی دھاری دار۔ یہ وہ عضلات ہیں جن کو کام میں لانا اور حرکت دینا ہمارے بس میں ہوتا ہے اور ان کو ارادی عضلات یاVoluntary Muscles کہتے ہیں۔ دوسری قسم پر دھاریاں نہیں ہوتیں اور ان کو حرکت دینا ہمارے بس میں نہیں ہوتا جیسے کہ آنتوں وغیرہ کے یہ عضلات ان کو Involuntary Muscles کہتے ہیں۔

دل کے عضلات دھاری دار ہیں۔ لیکن ہم ان کو اپنی مرضی سے نہ ہلا سکتے ہیں اور نہ ہی ان کو روکنے کی استعداد رکھتے ہیں۔ عام عضلات میں ریشے لمبائی کے رخ پر نصب کئے جاتے ہیں لیکن دل کے عضلات کو ایک طرف سے لمبائی میں اور دوسری طرف سے چوڑائی میں نصب کیا گیا ہے۔ دل کے کسی حصہ کو خوردبین میں دیکھیں تو ایسا لگتا ہے وہاں پر باریک ریشوں کی ایک مضبوط جالی سی بنی ہے۔ یہ جالی تھوڑی سی میڑھی رکھی گئی ہے۔



جسم کے عضلات کے برعکس دل کے عضلات کے تمام ریشے آپس میں اس طرح پھنسے ہوئے ہیں کہ ان کو Interwoven کہا جا سکتا ہے۔ جب ان کو تحریک دی جائے تو سارا روپ حرکت میں آئے گا۔ دل کے عضلات کی عجیب صلاحیت یہ ہے کہ جب وہ حرکت میں ئیں گے تو تمام کے تمام حرکت میں آئیں گے۔ اس لئے ان کے بارے میں بڑا دلچسپ اصول یان کیا جاتا ہے۔

All or none Law

یعنی اگر وہ دھڑکیں گے تو تمام کے تمام بیک وقت حرکت میں آئیں گے اور اگر نہ دھڑکیں تو لوئی ایک بھی حرکت میں نہیں آئے گا۔ یعنی۔

حرکت کریں گے تو سب کے سب ورنہ کوئی بھی نہیں

ان عضلات میں لحمیات پائے جاتے ہیں اور ان کی حرکات پر عام حالات میں کسی بھی دوائی کا کا اثر نہیں ہوتا۔

(Saussaurra Lappa) وہ منفرد دوائی ہے جسے دل کے عضلات کے لئے مقوی قرار دیا جا سکتا ہے۔

دل کے پھیلنے کے متعدد اسباب ہیں۔ اکثر اوقات یہ متعین کرنا ممکن نہیں رہتا کہ کسی خاص مریض کے دل کو پھیلانے میں کونسے اسباب سرگرم عمل رہے۔

ایک ستر سالہ خاتون کا دل اس قدر پھیل چکا تھا کہ چھاتی کا ایک تہائی دل سے بھرا ہوا تھا۔

ان کو ناشتہ میں جو کا دلیا۔ شہد ڈال کر اور سات کھجوریں چار ماہ دی گئیں۔ اس کے علاوہ عصر کے وقت بڑا چمچہ شہد۔ دل کی طاقت کے لئے قسط البحری کے مرکبات اور اعصاب کی قوت کے لئے Vitamin-B دی گئی۔

دو ماہ کے بعد کے ایکسرے میں حجم میں کمی کا شبہ پڑا لیکن مریضہ اپنے جسم میں توانائی محسوس کر رہی تھی۔ چار ماہ کے بعد دوسرے ایکسرے میں دل کا حجم اعتدال کی حدود میں آگیا تھا۔ ایک ماہ مزید علاج جاری رکھا گیا اور آج اس واقعہ کے چار سال بعد بھی بحمد اللہ توانا ہیں۔

دل کے عضلات کی تقویت کے لئے قسط البحری۔ کھجوریں۔ شہد اور دیگر ادویہ نبی ﷺ کے تحائف میں سے ہیں۔

چھوٹے جانوروں میں دل کی ساخت

جب کسی جسم میں خون گردش کر رہا ہو تو اسے چلائے رکھنے کے لئے پمپ کی ضرورت پڑتی ہے۔ جانوروں میں خون کو چلانے کا کام دل کرتا ہے۔

ایک خلیہ والے جانداروں میں چونکہ خون نہیں ہوتا اس لئے ان کو دل کی ضرورت نہیں پڑتی۔ ان سے بڑے جانوروں جیسے کہ Inverteberates اور گھونگھوں میں ایک ایسا دل پایا جاتا ہے جس کے تین سے چار خانے ہوتے ہیں۔ ان میں ایک طرف اذن

اور دوسری طرف بطن پائے جاتے ہیں جیسے کہ

دل کی ابتدائی شکل

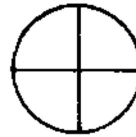
۱۔ دھڑکنے والی ٹیوب	Tubular Hearts
۲۔ ڈھڑکنے والی نالیاں	Pulsating vessels

یا

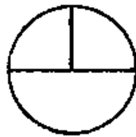
۳۔ تھیلی کی طرح کے اضافی دل Ampular Accessory Hearts

میں سے کوئی ایک شکل ارتقائی مراحل میں پائی جاتی ہے۔

گھونگوں میں ایک بطن اور آدھا اذن ہوتا ہے۔ رینگنے والے جانوروں جیسے کہ سانپ وغیرہ میں دل کے دو خانے ہوتے ہیں۔ جبکہ مچھلیوں کے دل میں ایک اذن اور ایک بطن کی شکل میں صرف دو خانے ہوتے ہیں۔ کیونکہ ان کا سانس سر کے ساتھ واقع گلپھڑوں کے راستے آتا ہے۔



یا



چھوٹے پنجوں والے جانوروں (Orthopods) میں دل دھڑکنے والی ٹیوب کی شکل میں ہوتا ہے۔ ان میں اذن خون کو وصول کرتے ہیں اور بطن اسے ترسیل کرتے ہیں۔ ان کے دلوں کے اردگرد بھی کبھی ایک خانہ پایا جاتا ہے جیسے کہ مینڈک کے دل کے پانچ خانے ہوتے ہیں اور ایک خانہ دل کی پچھلی سمت میں Sinus venosus کے نام سے نصب ہوتا ہے۔ مینڈک کے دل میں دو اذن اور ایک بطن ہوتا ہے۔ جب بائیں اذن سے صاف خون بطن میں داخل ہوتا ہے تو وہ دائیں اذن سے آنے والے خون سے مل جاتا ہے۔ اس طرح اس کے جسم میں آکسیجن سے لبریز خون میسر نہیں آتا۔ صاف اور گندے خون کی مکسچر کی وجہ سے وہ زیادہ چست نہیں رہتا۔ جسم میں آکسیجن کی کمی کی وجہ سے اس پر سستی بھی چھائی رہتی ہے۔

جاندا روں میں دل کی جگہ دھڑکنے والی نالیاں ہوتی ہیں ان میں سمتوں میں دو نالیاں ہوتی ہیں۔ یہ نالیاں جونک۔ کیچوا اور دوسرے Anilids میں باری باری دھڑکتی ہیں۔ ان کے دلوں میں والو نہیں ہوتے۔

کیڑوں مکوڑوں میں دل بازو اور پروں کے اتصال پر پایا جاتا ہے۔ نالیوں کے ارد گرد اسفنجی ساخت کے پیڈ بنے ہوتے ہیں جو پھیلتے اور سکڑتے ہیں۔ ان کے سکڑنے سے نالیوں میں موجود خون آگے چلتا ہے اور جب یہ پھیلتے ہیں تو پچھلی طرف سے آنے والا خون ان میں جمع ہو جاتا ہے جسے اگلی سکڑن پر آگے دھکیل جاتا ہے۔

خرگوش سے لے کر تمام چوپایوں اور دودھ دینے والے جانوروں کے دل کے چار خانے ہوتے ہیں۔ گھوڑے میں دل کے ساتھ لچکدار ہڈی بھی جڑی ہوتی ہے۔ لیکن مچھلیوں کی دودھ دینے والی اقسام جیسے کہ وہیل اور ڈالفن میں دل کے تین خانے ہوتے ہیں۔ حالانکہ دوسرے دودھ دینے والے جانوروں میں چار خانے ہوتے ہیں۔ مچھلیوں میں دوران خون کے ساتھ تنفس کا پیچیدہ نظام وابستہ ہوتا ہے۔ دوسروں کی طرح کا نظام ڈالفن اور وہیل میں نہیں ہوتا۔ وہیل اپنے جسم میں آدھ گھنٹے کی ہوا ذخیرہ کر لیتی ہے وہ دوسرے جانوروں کی طرح 3 سیکنڈ میں سانس نہیں لیتی۔

انسانی دل کی ساخت

دل چھاتی کے تقریباً وسط میں لگا ہوا ہے۔ اس کا رخ تھوڑا سا بائیں طرف ہوتا ہے۔ کچھ لوگ ایسے بھی ہیں جن کا دل دائیں طرف ہوتا ہے۔ جسے Dextro Cardiacs کہتے ہیں۔ اگر دل کی ساخت مکمل رہے تو وہ دائیں ہو یا بائیں کوئی فرق نہیں پڑتا۔

سینہ میں پھیپھڑے بھی ہوتے ہیں۔ بائیں پھیپھڑے کے ساتھ دل کے لئے گنجائش رکھی گئی ہے۔ اس کی جسامت بند مٹھی کے برابر ہوتی ہے اور اس کے اوپر ایک ڈھیلا سا غلاف Pericardium چڑھا ہوتا ہے۔ دل اور غلاف کے درمیان تھوڑی مقدار میں ایک لیسدار گاڑھی بے رنگ رطوبت رکھی ہے یہ غلاف دل کو آنے اور اس کی طرف جانے والی نالیوں کو ان کے مقامات سے ہلنے نہیں دیتا۔

دل عضلات کا تکون عضو ہے۔ جس کی چوڑائی اوپر کی طرف اور کونہ نیچے کی جانب ہوتا ہے۔

دل کا بجیادی مقصد خون کو پمپ کر کے اسے متحرک رکھنا ہے۔ بہت چھوٹے جانوروں میں خون نہیں ہوتا اس لئے ان کو دل کی ضرورت نہیں پڑتی۔ وہ پہلا جانور جس کے جسم میں دل ہے کیچوا ہے۔ (گنڈویا Earthworm) ہے۔

ایک عام انسانی دل 14 سنٹی میٹر لمبا۔ 8 سنٹی میٹر چوڑا اور 6 سنٹی میٹر موٹا ہوتا ہے۔

دل کے چار خانے ہیں درمیان میں بنی دیوار اسے دائیں اور بائیں حصوں میں تقسیم کرتی ہے۔ اس طرح دونوں حصوں کے درمیان کوئی تعلق نہیں رہتا۔

اوپر کے خانوں کو اذن (Auricles) کہتے ہیں اور نیچے کے خانوں کو بطن (Ventricles) کہتے ہیں۔

اس طرح دل دایاں اذن۔ بایاں اذن۔ دایاں بطن اور بائیں بطن پر مشتمل ہوتا ہے۔

دائیں اذن کے نیچے دایاں بطن اور بائیں اذن کے نیچے بایاں بطن واقع ہے ہر اذان سے بطن کو جانے کے لئے راستہ ہے۔ لیکن اس راستہ پر خون کے دوران کو یک طرفہ رکھنے کے لئے ایک صمام (Valve) یا کواڑی لگی ہے۔ وہ خون کو اذن سے بطن کی جانب جانے دیتی ہے اور وہاں سے الٹ یا واپسی کو روکتی ہے۔

دایاں اذن حجم میں سب سے بڑا ہے۔ کیونکہ یہاں پر سارے جسم سے مسلسل آنے والا خون وصول کیا جاتا ہے۔ جو دائیں بطن کو جاتا ہے۔ درمیان میں صمام سلاثی (Tricuspid Valve) نصب ہے۔

خون صاف ہونے کے بعد پھیپھڑوں سے دل کے بائیں اذن میں آتا ہے وہاں سے بائیں بطن کو جاتے ہوئے صمام ذوالمراسین (Mitral Valve) سے ہو کر بطن میں آتا ہے اور پھر پورے جسم کو سیراب کرنے چل نکلتا ہے۔

دل کے تمام والوز کے ساتھ عضلات اور نس دار ڈوریاں لگی ہیں تاکہ یہ الٹ نہ سکیں۔ گنٹھیا کے بخار میں ان کی جھلیاں متورم ہو کر چپک جاتی ہیں اور ان کا بند ہونا اور کھلنا

ممکن نہیں رہتا۔ دل کے دورہ سے پیدا ہونے والے مسائل میں ان ڈوریوں کی خرابی بھی شامل ہے۔ ڈوریاں ٹوٹتی ہیں تو کواڑ کے پٹ اندر کی طرف پلٹ جاتے ہیں اور پورا دوران خون متاثر ہو جاتا ہے۔

دل کی دھڑکن

انسانی دل مضبوط اور جالی دار عضلات سے بنا ہے۔ خون کو آگے بھیجنے اور چلانے کے لئے یہ عضلات سکڑتے ہیں۔ اسے Systole کہتے ہیں۔ اس طرح کی سکڑن ایک منٹ میں اوسطاً 80 مرتبہ ہوتی ہے۔ خون کو باہر بھیجنے کے بعد دل خالی ہو کر ڈھیلا پڑ جاتا ہے۔ یعنی ہر دھڑکن کے بعد ایک مرتبہ ڈھیلا ہوتا یا پھیلتا ہے۔ اس عمل کو Diastole کہتے ہیں۔ دل جب ڈھیلا پڑتا ہے تو اس میں جسم اور پھیپھڑوں سے خون داخل ہوتا اور بھر جاتا ہے۔

دل کی آوازیں

دل دھڑکتا ہے تو مختلف خانوں سے خون ایک جگہ سے دوسری جگہ جاتا ہے۔ ہر دو خانوں کے درمیان والو لگے ہیں۔ جو خون کو ایک طرف ہی جانے دیتے ہیں۔ ان والووں کے کھلنے سے ایک خاص قسم کی آواز پیدا ہوتی ہے جس "لپ" کہتے ہیں۔ جب یہ بند ہوتے ہیں تو دوسری آواز جسے لفظ "ڈپ" سے ادا کیا جا سکتا ہے پیدا ہوتی ہے۔ ان کو انگریزی میں بھی Lupp اور Dupp کا نام دیا گیا ہے۔

مریض کی چھاتی کے ساتھ کان لگا کر یہ دونوں آوازیں سنی جا سکتی ہیں۔ ایک مریضہ کسی شاہی خاندان سے تعلق رکھتی تھی اور ڈاکٹر نے اس کے سینہ کے ساتھ اپنا سر لگانا مناسب نہ جانا۔ ایک موٹا کاغذ گول کر کے مریضہ کی چھاتی پر رکھ کر ڈاکٹر نے دوسری طرف اپنا کان لگا دیا اور اس طرح پہلا سٹیتھوس کوپ معرض وجود میں آیا۔

دل کی آوازیں اصل میں چار ہیں۔ لیکن عام آلات سے صرف دو کو سنا جا سکتا ہے۔ مریض کی چھاتی پر ذرا بائیں طرف دوسری پسلی پر آلہ سماعت رکھا جائے تو پہلی آواز صاف سنائی دیتی ہے۔ اسی طرح پانچویں پسلی پر آلہ سماعت رکھنے سے دوسری آواز سنی جا سکتی ہے۔

دل کی بیماریوں کی تشخیص کے سلسلہ میں یہ آوازیں مددگار ہو سکتی ہیں۔ جب ان آوازوں میں نقاہت نہ رہے یا ان کے ساتھ کوئی ناپسندیدہ کھرچن کی آواز آئے تو مطلب یہ ہے کہ والو ٹھیک طرح سے بند نہیں ہوا ہے۔ اس طرح بہت ہی بیماریوں کا سراغ لگایا جا سکتا ہے۔ ان آوازوں کو زیادہ باریکی سے سننے اور ان کی مطابقت سے دل کا جائزہ لینے کا نیا علم Electro-Phono-Cardiography ہے۔ جو آوازوں کے ساتھ Cardio-gram بھی تیار کر دیتی ہے۔

دورانِ خون Circulation of Blood

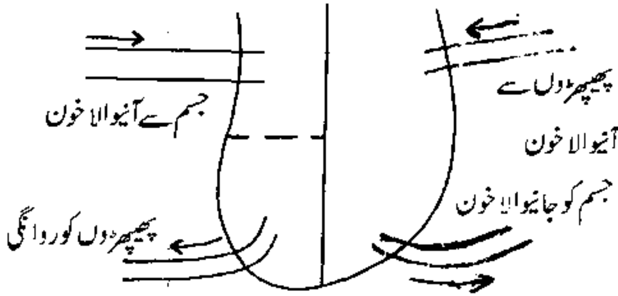
جانداروں کے اجسام میں خون گردش کرتا ہے۔ یہ گردش دو قسموں کی ہوتی ہے۔ ایک گردش کے ذریعہ یہ خون جسم کے ہر حصے کو توانائی (اوراس کی ضروریات اور آکسیجن مہیا کرتا ہے اور جسم کے حصوں سے واپسی پر یہی خون وہاں کی غیر مطلوبہ چیزیں لاتا ہے۔ کبھی کبھی یہ کار آمد چیزیں بھی لاتا ہے۔ جسم میں غدودوں کا ایک پیچیدہ نظام Ductless Glands کے نام سے موجود ہے۔ یہ گلینڈ خصوصی جوہر پیدا کرتے ہیں۔ جیسے کہ گردن میں غدہ درقیہ Thyroid Gland سے Thyroxin پیدا ہوتی ہے۔ لبلبہ Insulin پیدا کرتا ہے۔ یہ ہارمون پیدا ہونے کے بعد خون ہی کے راستے جسم کو ارسال کئے جاتے ہیں۔ یہ ہارمون متعدد اقسام کی خدمات انجام دیتے ہیں۔ جس جس حصے کو ان کی ضرورت ہوتی ہے وہ اپنے اندر سے گزرنے والے خون سے اپنی مطلوبہ چیز حاصل کر لیتا ہے۔

دوران کی دوسری قسم دل سے پھیپھڑوں تک جاتی اور واپس آتی ہے اسے تنفس کا دوران یا Respiratory Circulatior کہتے ہیں۔ دوران کی تیسری قسم میں دل کو اس کی توانائی کے لئے خون مہیا کرتی ہے اور وہ اکلیلی دوران کہلاتی ہے۔

تنفّسی دوران خون Respiratory Circulation

جسم کے دورہ کے بعد دل کی طرف آنے والا خون انسانوں میں دل کے دائیں اذن

میں ہوتا ہے۔ وہاں سے اسے دائیں بطن میں روانہ کردیا جاتا ہے۔



دائیں اذن اور بطن کے درمیان آمدورفت کو کنٹرول میں رکھنے کے لئے والو لگا ہے۔ جب اذن بھر جاتا ہے تو والو خون کو بطن کی طرف جانے کا راستہ دیتا ہے۔ دائیں بطن میں آنے کے بعد خون کو Pulmonary Artery کے ذریعہ پھیپھڑوں کی طرف روانہ کردیا جاتا ہے۔ آگے جا کر یہ شریان دائیں اور بائیں پھیپھڑوں کو جانے والی دو شاخوں میں تقسیم ہو جاتی ہے۔ پھیپھڑوں کے اندر یہ شریانیں شاخ در شاخ منقسم ہو کر سانس کی نالیوں سے وابستہ ہو کر وہاں سے آکسیجن حاصل کرتی ہیں۔

خون کی نالیوں سے کاربن ڈائی آکسائیڈ نکل جانے کے بعد وہ آکسیجن حاصل کرتی ہیں اور پھر چھوٹی چھوٹی نالیاں مل کر بڑی اور اس سے بڑی نالیاں بناتی ہوئی دل کی سمت واپسی کے لئے ایک بڑی نالی Pulmonary Vein بناتی ہیں۔ پھیپھڑوں سے صاف خون لے کر یہ ورید دل کے بائیں اذن میں داخل ہو کر اس دوران کا عمل مکمل کرتی ہیں۔

اس عمل میں استعمال ہونے والی نالیوں کے نام عجیب صورت میں موسوم ہیں۔ اصول یہ ہے کہ خون کی وہ نالی جو صاف خون لے کر دل سے جسم کو جاتی ہے اسے شریان (Artery) کہتے ہیں اور جسم سے دل کو جانے والی نالیاں ورید Vein کہلاتی ہیں۔

دل سے پھیپھڑوں کو جو خون روانہ کیا جاتا ہے وہ صاف نہیں بلکہ گندا خون ہوتا ہے اس کو لے جانے والی نالی کا نام Pulmonary Artery ہے۔ شاید اس اصول پر کہ دل سے جانے والی ہر نالی Artery (شریان) ہوتی ہے۔

خون پھیپھڑوں سے جب دل کو روانہ ہوتا ہے تو وہ مصفا اور آکسیجن سے لبریز ہوتا ہے۔یہ خون بائیں اذن میں موصول ہوتا ہے۔ اور اسے لانے والی نالی کا نام (Pulmonary Artery) ہے۔

جسمانی دورانِ خون

بائیں اذن میں مصفا خون پھیپھڑوں سے موصول ہوتا ہے۔جب یہ خانہ بھر جاتا ہے تو وہ خون کو بائیں بطن میں روانہ کر دیتا ہے۔بائیں بطن سے ہر دھڑکن پر57-cc خون جسم کی سب سے بڑی نالی اورطہ(Aorta) میں داخل کر دیا جاتا ہے۔اس طرح ہر منٹ میں خون کے4560-cc یاساڑھے چار لیٹر جسم کی نالیوں کوارسال کیے جاتے ہیں۔

دل سے برآمد ہو کر اورطہ جسم کے ہر حصے کو شاخیں روانہ کرتا ہے۔اس کی یہ نالیاں شریانیں کہلاتی ہیں۔ جسم کے ہر حصے کو کم از کم ایک شریان ضرور جاتی ہے۔ بعض حصوں کو دو بھی جاتی ہیں۔ ہر حصے کو جانے والی شریانیں کئی مقامات پر آپس میں اتصال بھی کرتی ہیں۔ جس کا فائدہ حادثات اور بیماریوں میں ہوتا ہے۔ اگر کسی حصے کو جانے والی کوئی شریان کٹ جائے یا کسی بیماری کی وجہ سے کام کرنے کے قابل نہ رہے تو اس حصے کو خون دوسرے ذرائع سے مہیا کیا جاتا رہتا ہے۔

جسم کے حصوں میں داخل ہونے کے بعد شریانوں سے چھوٹی چھوٹی شاخیں نکلتی جاتی ہیں جو عضلات اور دوسری بافتوں کو توانائی مہیا کرتی ہیں۔ جسم کے کسی حصہ کو اگر تازہ خون یا آکسیجن میسر نہ ہو تو وہ حصہ ختم ہو جاتا ہے یا اس میں سڑاندGangrene نمودار ہو جاتی ہے اور وہ حصہ جسم سے علیحدہ ہو جاتا ہے۔

اندازہ لگایا گیا ہے کہ اگر دماغ کو دو منٹ تک مسلسل آکسیجن میسر نہ آئے تو وہ ختم ہو جاتا ہے یا گل کر پانی ہو جاتا ہے۔اسی طرح اگر جسم کے دوسرے حصوں کو تین منٹ تک آکسیجن میسر نہ آئے تو موت واقع ہو جاتی ہے۔ یہ اہم بات غوطہ خوری یا ڈوب جانے کے

سلسلہ میں بڑی کار آمد ہوتی ہیں۔ دریاؤں اور سمندروں میں غوطہ لگا کر موتی نکالنے والے ایک سے ڈیڑھ منٹ تک ہی پانی کے اندر رہ سکتے ہیں۔ اگر کوئی ڈوب جائے اور اسے باہر نکالنے کے بعد پیٹ اور پھیپھڑوں سے فوراً پانی نہ نکالا جائے تو سانس بند ہو جانے کی وجہ سے اس کی موت واقع ہو جائے گی۔

شریانیں اور ان کی شاخیں جسم کے ہر حصے کو توانائی مہیا کرنے کے بعد وہاں سے واپس آتی ہیں تو اپنے ساتھ وہاں کی مصنوعات اور غیر مطلوبہ اشیاء بھی ساتھ لے آتی ہیں۔ شریانوں کی آخری شاخ عروق شعریہ (Capillary) کہلاتی ہے۔ یہ اتنی باریک ہوتی ہیں کہ آنکھ ان کو دیکھ بھی نہیں سکتی۔

یہ چھوٹی چھوٹی نالیاں آپس میں مل کر ایک بڑی نالی بناتی ہیں جسے ورید (Vein) کہتے ہیں۔ نالی جب کسی حصے میں داخل ہوتی ہے تو اس میں سرخ رنگ کا خون ہوتا ہے۔ جب وہ واپس نکلتی ہے تو وہ نیلگوں خون کی ورید ہو جاتی ہے پھر اس کا رخ دل کی طرف ہوتا ہے۔

جسم سے دل کی سمت جانے والی وریدیں گردوں اور جگر میں جا کر ایک دفعہ پھر تقسیم ہو جاتی ہیں۔ مقصد یہ ہوتا ہے کہ گردے ان میں سے ناپسندیدہ عناصر جیسے کہ یوریا وغیرہ نکال کر جسم سے خارج کر دیں۔ خون میں موجود ناپسندیدہ کیمیات کو جگر میں کیمیاوی تبدیلیوں کے ذریعہ قابل قبول بنالیا جاتا ہے۔

اس طرح بائیں بطن سے روانہ ہو کر سارے جسم کا دورہ کرنے کے بعد انسانی خون دل کے دائیں اذن میں داخل ہو جاتا ہے جہاں سے اس سے کاربن ڈائی آکسائیڈ نکالنے اور آکسیجن شامل کرنے کا عمل پھر سے شروع ہو جاتا ہے۔

اکلیلی دوران خون Coronary Circulation

دل میں ہر وقت خون بھرا رہتا ہے۔ لیکن وہ اس خون سے اپنی ضرورت کے لئے ایک بوند بھی استعمال نہیں کرتا۔ وہ ہر وقت دھڑکتا ہے اور اسے اس مسلسل عمل کے لئے وافر

مقدار میں توانائی کی ضرورت رہتی ہے۔ جس کے لئے قدرت نے علیحدہ بندوبست کیا ہے۔

دل کے بائیں بطن سے جیسے ہی جسم کے لئے خون اورطہ میں داخل ہوتا ہے وہاں سے اسی مقام سے اکلیلی شریانیں Coronary Arteries برآمد ہوتی ہیں۔ یہ نالیاں ہاتھ کی انگلیوں کی مانند دل کی پچھلی طرف پھیل جاتی ہیں۔ یہ پانچ شریانیں اپنے اپنے محور سے دل میں داخل ہو کر اس کے عضلات کو توانائی اور آکسیجن مہیا کرتی ہیں۔ ہر شریان دل کے عضلات میں شاخیں تقسیم کرتی کرتی اس مقام پر آجاتی ہے کہ دل کے ہر ریشہ کو شعری شاخچہ Capillary branch مہیا کی جاتی ہے۔

دل کے عضلات کو خون مہیا کرنے والا نازک اور حساس کام اتنا وسیع ہے کہ پورے انسانی جسم کا چار فیصدی خون دل کو ملتا ہے جبکہ جسم میں آنے والی آکسیجن کی 70 فیصدی مقدار دل کے عضلات کو جاتی ہے۔ دل کے اندر کی رسد کے بارے میں دلچسپ بات یہ ہے کہ دل کی اندرونی تہوں کو جانے والا خون بیرونی تہوں سے 10 فیصدی زائد ہوتا ہے۔

ان نالیوں میں خون اس وقت داخل ہوتا ہے جب دل دھڑکنے کے بعد مختصر سا وقفہ Diastola کرتا ہے۔

دوران خون کا یہ اہم ترین حصہ انسانی صحت اور زندگی پر گہرے اثرات رکھتا ہے۔

ان نالیوں کی وسعت : ان میں آنے والے خون کی مقدار پر متعدد چیزوں کے اثرات ہیں۔ ان نالیوں کی وسعت میں اگر کبھی وقتی طور پر کمی آجائے تو مریض کو چھاتی میں درد ہوتا ہے جیسے Angina Pectoris کہتے ہیں اور اگر نالیوں میں رکاوٹ یا بند آجائے تو دل کا دورہ پڑتا ہے۔ اگر کسی وجہ سے پانچوں شاخیں بند ہو جائیں تو مریض کی فوری موت واقع ہو جاتی ہے اور اگر بندش چند نالیوں تک محدود ہو تو زندگی کچھ عرصہ کیلئے بچ جاتی ہے۔ دوسرے الفاظ میں علاج کی مہلت مل جاتی ہے ورنہ خون کا پورا بند ہو جانا فوری موت کا باعث بن جاتا ہے۔

اکلیلی نالیوں کے ذریعہ دل کو جانے والے خون کی مقدار دل کی فعالیت کے

تناسب سے ہوتی ہے۔ خون میں آکسیجن کی مقدار کی کمی یا بیشی ان کے بہاؤ پر اثر انداز ہوتی ہے ـــــــ خون میں پوٹاشیم کی زیادتی ان نالیوں کو پھیلاتی ہے جبکہ کلسیم کی زیادتی خون کے بہاؤ میں اضافہ اور آکسیجن کے صرف میں اضافہ کا باعث ہوتا ہے۔

ورزش اور ذہنی ہیجان کی حالت میں اکلیلی خون کے بہاؤ میں دس گنا تک اضافہ ہو جاتا ہے۔

دل کی بیماریوں بلڈ پریشر اور نالیوں کی بیماریوں کی وجہ سے ان کے بہاؤ میں فرق آ جاتا ہے۔ جس سے دل کے دورہ کے امکانات میں اضافہ ہو جاتا ہے۔

اکلیلی دوران خون کا نقشہ شامل ہے جس سے یہ اندازہ لگایا جا سکتا ہے کہ شریانوں سے نکلنے والی شاخیں کس طرح دل کے ہر خانے پر پھیل جاتی ہیں۔

نبض

دل کی ہر دھڑکن پر بایاں بطن 57-cc خون اورطہ میں داخل کر دیتا ہے۔ اورطہ میں پہلے بھی کچھ خون موجود ہوتا ہے۔ جب اس میں اور خون داخل ہوتا ہے تو اس کی لچک دار

دیواریں کچھ پھیل جاتی ہیں۔ چونکہ یہ خون آگے جاتا ہے اس لئے پھیلاؤ کی یہ لہر خون کے ساتھ ساتھ پورے جسم کی نالیوں میں چلتی چلی جاتی ہے۔

اورطہ سے وسعت کی لہر جسم کے پورے شریانی سلسلہ میں چلی جاتی ہے اس لئے جس شریان کو بھی دیکھیں وہ پھیلتی اور سکڑتی نظر آتی ہے۔ وہ شریانیں جو گہرائی میں نہیں ان پر ہاتھ رکھیں تو پھیلتی ہوئی نالی ہاتھوں کو مس کرتی ہے۔ اسے نبض کہتے ہیں۔ آنکھوں کے اطراف، ٹخنے کے جوڑ اور کلائی کے جوڑ کے اوپر نبض کو آسانی سے محسوس کیا جا سکتا ہے۔ چونکہ دل ایک منٹ میں 80 مرتبہ دھڑکتا ہے اس لئے نبض کی اوسط رفتار ایک منٹ میں 80 مرتبہ ہوتی ہے۔

نبض کو عام طور پر کلائی کے جوڑ کے اوپر انگوٹھے والی سمت دیکھا جاتا ہے۔ چونکہ اس کے ساتھ کلائی کی ہڈی Radius واقع ہے اس لئے یہ نبض Radial Pulse کہلاتی ہے۔

اطباء قدیم نے نبض کو بڑی اہمیت دی ہے۔ بو علی سینا نے نبض کی رفتار اس کی قوت اور دوسرے مظاہروں سے بیماریوں کی تشخیص کا طریقہ بتایا ہے۔ بد قسمتی سے طب جدید کے ماہرین اس فن کو ٹھیک سے سمجھ نہیں پائے اور موجودہ دور کے اطباء اس پر زیادہ توجہ نہیں دیتے۔

دل کی بیماریوں کے علاوہ بخار، کمزوری اور تفکرات کا پتہ چلانے میں نبض بڑا مفید ذریعہ ہے۔ اطباء نے اسے لینت، ضعف، متواتر، مختلف اور صلابت کی قسموں سے بیان کیا ہے۔

نبض اگر ضعیف ہو تو یہ تفکرات۔ پریشانی۔ غم۔ استفراغ۔ غلط روی۔ ریاضت کا پتہ دیتی ہے۔ ہم نے ضعیف نبض کو ہمیشہ ناشتہ سے جی چرانے والوں میں دیکھا ہے۔

مریض کو نبض دکھانے سے پہلے اطمینان سے بیٹھ جانا چاہیے۔ اس کا جسم ساکت ہو اور ذہنی طور پر آسودہ ہونے کی کوشش کرے۔

خون کی ماہیت

جسم میں گردش کرنے والے خون کے خواص مندرجہ ذیل ہیں۔

مقدار = 5 لیٹر

درجہ حرارت =37° C

کثافت (Sp.gravity)=1,05

تیزابیت =7.45

ہیموگلوبن = مردوں میں 12-18 گرام

(خون کی سرخی) عورتوں میں 12-16 گرام

خون کے سرخ دانے (Red Blood Corpusels)
عورتوں میں [3.4-4.5 ملین فی مکعب ملی میٹر
(2.4-4.5/ c m, m,

مردوں میں [4.5-5.5 ملین فی مکعب ملی میٹر
(4.5-5.5)/ c. m m

خون کے سفید دانے (White Blood Corpuscles)

ہر مکعب ملی میٹر میں

4000- 11000/C m m

یہ دانے بیماریوں کی تشخیص میں بڑی اہمیت رکھتے ہیں۔ یہ جسم کی دفاعی فوج ہیں۔ جب کوئی سوزش لاحق ہوتی ہے تو اس کے مقابلے کے لئے ان کی تعداد بڑھ جاتی ہے۔ بد قسمتی سے ایک بیماری میں ان کی تعداد لاکھوں تک چلی جاتی ہے اور موت واقع ہو جاتی ہے۔ یہ بیماری بلڈ کینسر ہے۔

Platelets

ان کی تعداد ہر مکعب ملی میٹر میں 150,-400,000 ہوتی ہے۔ ان اجزاء کے علاوہ خون میں درجنوں کیمیاوی عنصر گردش کرتے ہیں۔ جن میں گلوکوس کی مقدار ہر 100-cc خون میں 120-180 ملی گرام ہوتی ہے۔ نمک کا تناسب 100-cc خون میں 0.9% ہوتا ہے۔

خون جسم کی ریل گاڑی ہے۔ یہ جسم کے ہر کونے تک غذا اور توانائی پہنچاتا ہے اور وہاں سے غیر مطلوبہ اشیاء کو واپس لاکر اسے تلف کروانے کا ذریعہ بنتا ہے۔

خون جب تک اپنی نالیوں میں چلتا رہے وہ سیال رہتا ہے۔ لیکن نالی سے باہر نکلتے ہی وہ جم جاتا ہے۔ یہ قدرت کا ایک اہم تحفہ ہے۔ زخم لگنے کے بعد خون نکلتا ہے اور تھوڑے وقفہ کے بعد نالی کے منہ پر خون جم کر زخم سے مزید خون رسنے کو بند کر دیتا ہے۔ زخم اگر بڑا ہو تو خون کی بندش کا عمل ذرا سست یا مکمل نہیں ہوتا اس لئے اکثر اوقات مجروح کی موت واقع ہو جاتی ہے۔

انسانی جسم سے اس کے خون کا 2% تک اگر نکل جائے تو کوئی خاص مسئلہ پیدا نہیں ہوتا لیکن 3% نکل جانے کی صورت میں شدید علامات پیدا ہو جاتی ہیں۔ اس لئے ہر مجروح کے خون کو نکلنے سے روکنا سب سے اہم خدمت ہے۔ اگر یہ کام بر وقت کر لیا جائے تو زندگی بچ سکتی ہے۔

خون کی متعدد قسمیں ہیں جن کو A-B-AB-O کے ناموں سے موسوم کیا گیا ہے۔ خون کی کمی کی صورت میں مجروح کو اسی گروپ کا خون دیا جاتا ہے اور دینے سے پہلے مریض کے خون کی ایک بوند کو معطی کے خون کی بوند کے ساتھ ملا کر خوردبین کے ذریعہ دیکھتے ہیں۔ براہ راست پڑتال کے اس طریقہ کو Direct Matching کہتے ہیں۔

ایک کا خون دوسرے کو دینے کے سلسلہ میں کئی اہم امور پر توجہ کی ضرورت ہوتی ہے جیسے کہ Aids والے کا خون یا یرقان کے مریض بعد میں زندگی لے سکتے ہیں۔

عام حالات میں خون نالیوں کے اندر نہیں جمتا۔ لیکن بعض بیماریوں کی وجہ سے یہ ناخوشگوار واقعہ ہو سکتا ہے جیسے کہ دل کے اکلیلی دوران خون میں خون کسی ایک شریان میں جم جاتا ہے اور مریض کو دل کا دورہ پڑ جاتا ہے۔

ذیابیطس کے مریضوں کے پیروں کی شریانوں میں بھی خون جم سکتا ہے اور اس طرح جسم کا وہ حصہ جس کو خون کی بہم رسانی منقطع ہوتی ہے تلف ہو جاتا ہے اور اسے کاٹ کر علیحدہ کرنا پڑتا ہے۔

خون اگر دل کی نالیوں میں منجمد ہو تو اسے Coronary Thrombois کہتے ہیں جبکہ نالیوں کی اپنی بیماریوں یا ذیابیطس میں عام طور پر پیروں کو جانے والا خون رکاوٹ سے بند ہو جاتا ہے اور اس حصہ میں Gagrene ہو جاتی ہے۔

باب 5

دل کی بیماریوں کی عام علامات

دل کی کچھ بیماریاں تو ناگہانی طور پر مسلط ہو جاتی ہیں۔ لیکن کچھ ایسی ہیں کہ ان کی ابتدا جسمانی علامات سے ہوتی ہے۔ سمجھدار آدمی ان علامات پر توجہ دے کر ان کا سبب جاننے کی کوشش کرتے ہیں یا خطرے کی اہمیت کو محسوس کر کے بروقت علاج پر توجہ دیتے ہیں۔

دل کی اکثر و بیشتر بیماریوں کی ابتدا ان ہی علامات سے ہوتی ہے۔ اس لئے ان کو سمجھ لینا بڑے خطرے سے بچا سکتا ہے۔

عسر تنفس۔ سانس چڑھنا (Dyspnoea)

ہر شخص کی جسمانی قوت مختلف ہوتی ہے۔ پیدل چلتے ہی بعض لوگ بڑے اطمینان کے ساتھ دو تین میل چل لیتے ہیں یا اپنے گھر کی سیڑھیاں کسی مشکل کے بغیر چڑھ لیتے ہیں۔ اگر یہی حضرات روزمرہ کے کام کاج یعنی چلنے پھرنے۔ سیڑھیاں چڑھنے میں مشکل محسوس کرنے لگیں ان کو سانس لینے کیلئے راستہ میں رکنا پڑے تو یہ Dyspnoea ہے۔ اس کیفیت کو ڈاکٹر کی بجائے مریض زیادہ اچھی طرح محسوس کر سکتا ہے۔

چلنے پھرنے کے دوران سانس چڑھنا عام جسمانی کمزوری، غذائی کمی۔ کسی جگہ پر آکسیجن کی کمی کی وجہ سے بھی ہو سکتا ہے۔ یہ بھی ممکن ہے کہ کسی کو مشقت کی عادت نہ ہو اور اسے مشقت کرنی پڑ جائے۔ ایسے میں اسے سانس چڑھنا بیماری نہ ہو گا۔

کچھ لوگ سانس تو لیتے ہیں لیکن وہ محسوس کرتے ہیں کہ معمول کے مطابق سانس لینے کے باوجود ان کو اطمینان محسوس نہیں ہوتا۔

مریض کو آکسیجن کی زیادہ مقدار کی ضرورت ہوتی ہے اور اس ضرورت کو پورا کرنے کیلئے بار بار سانس لینا پڑتا ہے۔ایک عام آدمی ایک منٹ میں 18 مرتبہ سانس لیتا ہے۔ وہ اپنے کام کاج کے دوران احساس کئے بغیر سانس لیتا رہتا ہے۔ایک کیفیت ایسی آتی ہے جب اسے سانس لینے کا احساس ہونے لگتا ہے۔اس وقت اسے زیادہ آکسیجن کی ضرورت بھی ہو سکتی ہے یا سانس کی نالیوں، پھیپھڑوں میں ایسی رکاوٹیں پیدا ہو جاتی ہیں جب اس کے لئے اطمینان سے سانس لینا ممکن نہیں رہتا۔وہ سانس لینے کیلئے زور لگاتا ہے۔

اعتدال میں سانس لینے میں سینہ اور سانس کی نالیوں کے عضلات آمد و رفت کے ذمہ دار ہوتے ہیں۔ لیکن رکاوٹ آجانے پر گردن اور پیٹ کے عضلات بھی اضافی خدمت سرانجام دیتے ہیں۔ جب یہ کیفیت ہو تو مریض کو دور سے پہچانا جا سکتا ہے۔ چھاتی اور پیٹ زور سے ہلتے ہیں۔ گردن کی رگیں پھول جاتی ہیں۔ آنکھیں باہر نکل آتی ہیں۔ مریض کی تکلیف صاف نظر آتی ہے۔ سانس اگر ضرورت سے زیادہ طاقت سے اور مسلسل لیا جائے تو گردن کی رگیں پھول جاتی ہیں۔

پکا گانا گانے والوں کو سانس روکنے اسے کھینچنے کیلئے کافی جدوجہد کرنی پڑتی ہے۔ان کی گردنیں موٹی ہو جاتی ہیں اور رگیں پھول جاتی ہیں۔ مرحوم آفتاب موسیقی استاد فیاض خاں کا گلا اس کی بہترین مثال تھا۔

انتصاب تنفس۔لیٹے میں سانس چڑھنا (Orthopnoea)

دل کے اکثر بیماروں کیلئے لیٹنا مشکل ہو جاتا ہے۔جب بھی اطمینان سے لیٹتے ہیں تو سانس رکنے لگتی ہے۔ مریض اٹھ کر بیٹھ جاتا ہے۔ بیٹھنے سے سانس میں کچھ آسانی محسوس ہوتی ہے۔ بعض مریض بیٹھنے کے ساتھ اگر آگے کی طرف تھوڑا سا جھکیں تو سانس لینے میں آسانی

ہوتی ہے۔

اکثر مریض سر کے نیچے دو تین تکیے رکھ کر سوتے ہیں۔ اگر کبھی کوئی تکیہ کھسک جائے تو مریض کو سانس میں مشکل پڑنے کی وجہ سے آنکھ کھل جاتی ہے۔ وہ کمرے میں زیادہ ہوا کا طلب گار ہوتا ہے۔ موسم میں ٹھنڈک کے باوجود کھڑکیاں کھولتا ہے۔ سانس کی نالیوں میں رطوبت جمع ہو جانے کی وجہ سے بار بار کھانسی آتی ہے۔ سانس لینے کے باوجود طبیعت مطمئن نہیں ہوتی۔ وہ کوشش کر کے سانس لیتا اور زیادہ سے زیادہ ہوا کی خواہش کرتا ہے۔

دل کے مریضوں کے وارڈ میں ایسے مریضوں کے لئے بستر کے ساتھ ایسے اضافی آلات نصب ہوتے ہیں جن کی مدد سے وہ بیٹھے بیٹھے بھی سو سکتا ہے۔ اس کا سر تکیہ کی بجائے سامنے کے ایک سٹینڈ پر رکھا ہوتا ہے۔ اور وہ بیٹھے بیٹھے بھی سو سکتا ہے۔

سانس میں رکاوٹ دل کی بیماریوں کی ابتدائی علامات میں سے ہے۔ لیکن عسر تنفس کی یہ کیفیت سانس اور دماغ کی متعدد بیماریوں میں بھی ہو سکتی ہے۔ اس لئے سانس چڑھ جانے کا یہ یقینی مطلب نہیں کہ دل میں تکلیف شروع ہو گئی ہے۔ بلکہ یہ جسمانی کمزوری سے لے کر نمونیہ۔ پلورسی۔ تپ دق۔ بلکہ زہر خورانی کی بعض اقسام میں بھی ہو سکتی ہے۔

اس لئے سانس چڑھنے کی تکلیف محسوس ہونے کے بعد کسی ماہر ڈاکٹر سے رجوع کرنا چاہیے تاکہ وہ اصل سبب کا پتہ چلا سکے اور اس سبب کا بر وقت علاج کیا جائے۔

چھاتی میں درد

چھاتی میں درد ایک عمومی علامت ہے۔ یہ چھاتی کے عضلات میں تھکاوٹ عضلاتی کمزوری سے لے کر چھاتی کی متعدد بیماریوں میں ہوتا ہے۔ جیسے کہ تپ دق۔ پلورسی۔ سانس کی نالیوں میں سوزش۔

دل کی بیماریوں سے ہونے والا درد (Aneurysms & Stenosis of Aorta)

Mitral Valve- دل جھلی کی سوزش یا Pericarditis- Prolapse

جس بیماری کو صحیح معنوں میں دردِ دل کہتے ہیں اس میں دل کی اپنی نشوونما کیلئے خون مہیا کرنے والی نالیوں میں رکاوٹ آجاتی ہے۔ اس کیفیت میں درد کی نوعیت بدل جاتی ہے۔ اگر نالی میں رکاوٹ عارضی ہو تو اس بیماری کو Angina کہتے ہیں۔ مریض کو کسی جدوجہد۔ مشقت یا ذہنی دباؤ کے بعد سینے کے بائیں جانب درد محسوس ہوتا ہے جو بائیں بازو میں ہاتھ تک جاسکتا ہے۔ درد بائیں سے دائیں طرف یا کندھے تک بھی پہنچ جاتا ہے۔ آرام کرنے سے اس میں کمی آجاتی ہے۔

ایک مریض کو کچھ عرصہ انگلیوں میں درد ہوتا تھا۔ ڈاکٹر اس کا گنٹھیا کا علاج کرتے رہے۔ جب ایک عرصہ تک افاقہ نہ ہوا تو مزید چھان بین پر پتہ چلا کہ اصل تکلیف دل کی نالیوں میں ہے۔

دل کی نالیوں کی دوسری قسم Coronary Thrombosis ہے۔ جس میں چھاتی۔ بازو۔ کندھوں میں شدید درد کے علاوہ شدید جلن۔ ٹھنڈے پسینے۔ سانس لینے میں مشکل محسوس ہوتی ہے۔ یہ دل کی خطرناک ترین بیماری ہے۔ یہ درد مسلسل ہوتا ہے۔ اور آرام کرنے سے درد کی شدت میں کمی نہیں آتی۔

چھاتی میں درد کی آسان ترین شکل پٹھوں کا درد ہے۔ اس کے علاوہ ہر شکل خطرناک ہے۔ اور اس کے ظاہر ہونے کے بعد دیر کرنی یا کسی نیم حکیم سے مشورہ کرنا خطرناک ہوگا۔

دل کی مرکب علامات (Da Costa,s Syndrome)

امریکہ کی سول وار کے دوران جیکب ڈی کوسٹا نے محسوس کیا کہ فوجیوں میں دل کی ایک عجیب بیماری ہوتی ہے۔ اس نے اپنے مشاہدات کو ایک کتاب میں بیان کیا ہے۔

"On irritable heart : a clinical study of a functional Cardiac

disorder and its consequenecs."

(دل کی سوزش /دل کی کارگذاری کی ایک بیماری اوراس کے نتائج)

عام حالات میں مریض کو سانس میں تکلیف۔ اختلاجِ قلب۔ چھاتی میں دل والے مقام پر درد۔ گھبراہٹ اور غشی محسوس ہوتی ہیں۔

پہلی جنگ عظیم کے دوران برطانوی افواج میں 60,000 افراد نے اس کی علامات کا اظہار کیا۔ ابتدا میں ڈاکٹروں نے ان تمام مریضوں کو بہانے باز قرار دیا۔ پھر ان میں سے اکثر کو فوجی ذمہ داریوں سے سبکدوش کر کے آرام پر رکھا گیا۔ ان میں سے 44000 ایسے تھے جن کو فوج سے فارغ کر دیا گیا اور ان کو معذوری کی پنشن جاری کی گئی۔

یہ وہ زمانہ تھا جب دل کی بیماریوں اور ان کی تشخیص کے جدید ذرائع موجود نہ تھے۔ اکثر مریضوں کو ڈاکٹروں نے اہمیت ہی نہ دی لیکن 44000 مریض ایسے تھے جو توجہ نہ ملنے کے باوجود کام کاج یا فوجی خدمات انجام دینے کے عملی طور پر قابل نہ رہے۔ انہیں مجبوراً فوج سے فارغ کرنا پڑا۔ اس کا مطلب یہ ہے کہ علامات پر بھروسہ کار آمد رہا۔ ان طویل مشاہدوں سے یہ بات واضح ہوتی کہ ڈاکٹر جیکب ڈی کوسٹا" نے دل کی بیماری کا شبہ کرنے کیلئے جن تین علامات کا ذکر کیا ہے وہ حقیقت رکھتی ہیں اور صرف ان ہی کی بنا پر 73.3 فیصدی مریضوں میں دل کی بیماری کو تشخیص کیا جا سکا۔ اگر ان کی تفصیل میں جائیں تو علامات اصل میں پانچ ہیں۔ جیسے کہ :

سانس چڑھ جانا (Breathlessness)

اس سے عام طور پر سانس کی رفتار میں تیزی سمجھا جاتا ہے۔ یہ کیفیت معمولی مشقت یا جذباتی ہیجان سے بھی پیدا ہو سکتی ہے۔ سانس کی رفتار اگرچہ زیادہ ہوتی ہے۔ لیکن مریض اس کے باوجود مطمئن نہیں ہوتا اور اسے تھوڑی تھوڑی دیر کے بعد لمبا سانس لے کر اپنی ہوا کی ضرورت کو اضافی کوشش سے پورا کرنا پڑتا ہے۔

اختلاج قلب (Palpitation)

دل ہر وقت دھڑکتا ہے۔ لیکن ہم اس کی دھڑکن سے آگاہ نہیں ہوتے۔ جب سانس تیز چلنے لگے تو دل کی رفتار میں بھی اضافہ ہو جاتا ہے۔ اور مریض یہ محسوس کرنے لگتا ہے کہ اس کا دل دھڑک رہا ہے۔ یا یہ کہ دھڑکن کی رفتار اعتدال سے بڑھ گئی ہے۔

دل کی رفتار بڑھ جانے میں کمرے کے اندر چلنا پھرنا جیسی معمولی حرکت بھی ہو سکتی ہے۔ کبھی کبھی یہ کیفیت کسی مشقت کے بغیر نیند کے دوران بھی ہو سکتی ہے۔ مریض کے لواحقین کا اس کی تیز چلتی ہوئی سانس اور اختلاج سے دہشت زدہ ہو کر فوری کارروائی کرتے ہیں۔

دل میں درد (Pain over the Heart)

دل میں درد ہونا ایک خطرناک بیماری کی علامت ہے۔ لیکن محاورہ میں یہ بات شاعری اور ادب میں محبت میں ناکامی کے ساتھ وابستہ ہو گئی ہے۔ اردو۔ عربی اور فارسی کے علاوہ انگریزی میں بھی It pains my heart ایک ایسے محاورے کی صورت میں مروج ہے جس کا دل سے کوئی تعلق نہیں۔

چھاتی میں دل کے مقام پر درد اختلاج قلب اور سانس چڑھنے کے ساتھ ہی محسوس ہونے لگتا ہے۔ کبھی کبھی درد دوسری علامات کے بغیر بھی محسوس ہو سکتا ہے۔ درد بائیں جانب کی چھاتیوں کے نیچے بوجھ کی صورت میں شروع ہوتا ہے پھر تیز ہو جاتا ہے۔ ایسے لگتا ہے جیسے کوئی تیز چاقو سے کاٹ رہا ہے اور یہ درد گھنٹوں جاری رہتا ہے۔ چلنے پھرنے اور حرکت سے درد میں اضافہ ہوتا ہے۔ چھاتی سے درد بائیں بازو کو بھی لپیٹ میں لے لیتا ہے۔ درد کی لہریں دائیں بازو۔ کندھوں اور چہرے کے عضلات کو لپیٹ میں لے لیتی ہیں۔

چھاتی کے درد کو دل کی بیماری کا سبب قرار دینے کا خیال یونانی اطباء کو بھی تھا۔ بقراط نے اس کی تشریح میں لکھا ہے۔

وجع القلب يتولد من التجويف الايسر۔ (دل میں درد اس

کے بائیں بطن (Left ventricle) میں تکلیف سے پیدا ہوتا ہے)

چھاتی میں ہونے والا درد متعدد اسباب سے ہو سکتا ہے۔ لیکن اطباء یونان اسے دل ہی سے مخصوص قرار دینے پر مصر رہے ہیں۔

جالینوس نے اس کی وضاحت میں لکھا ہے۔

وجع القلب منه مایخصه

(کبھی یہ درد صرف دل سے مخصوص ہوتا ہے)

چھاتی میں ہونے والا ہر درد دل کی بیماری کا آئینہ دار نہیں ہوتا۔ مقامی عضلات سے لے کر ہڈیوں، عضلات، پھیپھڑوں اور اندر کے بہت سے مسائل درد کا باعث ہو سکتے ہیں۔ درد ایک قسم کا انتباہ ہے کہ مریض مسئلے پر فوری توجہ دے۔

تھکن (Exhaustion)

مریض کو معمولی مشقت کے بعد تھکن محسوس ہوتی ہے۔ سانس چڑھ جاتا ہے۔ عام جسمانی کمزوری کے مریض بھی جلد تھک جاتے ہیں۔ لیکن ان کی یہ تھکن تھوڑی دیر آرام کرنے سے جاتی رہتی ہے۔ لیکن دل کی بیماریوں کی وجہ سے پیدا ہونے والی تھکن مدتوں برقرار رہتی ہے۔ آرام کرنے یا سو جانے سے بھی اس میں کمی نہیں آتی۔

غشی (Dizziness)

مریض کو سانس میں تنگی اور گھبراہٹ کے ساتھ ایسا محسوس ہوتا ہے کہ جیسے سر خالی سا ہو گیا ہے۔ اس کے بعد مکمل بیہوشی بھی ہو سکتی ہے۔ بیہوشی زیادہ دیر نہیں رہتی۔ اکثر مریض ہوش میں آنے کے بعد اس دوران کے واقعات سے واقف ہوتے ہیں۔

سر میں چکر آنے کے ساتھ سر درد۔ متلی۔ درد سر سے گردن اور کندھوں کی طرف جا سکتا ہے جو گھنٹوں ہوتا رہتا ہے۔ ٹھنڈے پسینے آتے ہیں۔ ہاتھ۔ پیر۔ بغلیں اور چہرہ پسینہ سے تر ہو جاتے ہیں۔ ایک برطانوی ماہر کی رائے میں۔

ہاتھوں میں پسینہ، گھبراہٹ اور ذہنی دباؤ کی وجہ سے آتا ہے۔

بہت دیر تک کھڑے رہنے۔ ہمت سے زیادہ محنت کرنے۔ اسہال کی وجہ سے جسم سے پانی کے زیادہ اخراج۔ گرم پانی سے دیر تک نہانے۔ یہاں تک پہلو بدلنے سے بھی کمزور افراد کو چکر آسکتے ہیں۔ چہرہ زرد، نبض کی رفتار سست ہوسکتی ہیں۔ ان چکروں میں مریض کو سہارا نہ ملے تو گر بھی سکتا ہے۔ بیہوشی کے دوران گھبراہٹ میں پیشاب بھی نکل سکتا ہے۔

نیلے ہونٹ۔ زراقت (Cyanosis)

عربی میں نیلے رنگ کو ارزق کہتے ہیں۔ دل کی بعض موروثی بیماریوں میں گندا خون بھی دورانِ خون میں شامل ہو جاتا ہے۔ جیسے وہ بچے جن کے دل میں سوراخ ہوتا ہے۔ ان کے جسم میں صاف خون کے ساتھ گندا خون بھی گردش کرتا ہے۔ ان میں ہونٹ نیلے پڑ جاتے ہیں۔

ایک دو سالہ بچے کو نمونیہ کی شکایت ہوئی۔ دیکھنے پر اس کے ہونٹ اور پیروں کے ناخن بھی نیلے نظر آئے۔

نمونیہ میں پھیپھڑے متورم ہوتے ہیں۔ جس سے مریض کے چہرے پر نیلا پن نظر آسکتا ہے۔ لیکن اس بچے کا نیل بہت گہرا اور پیروں پر بھی تھا۔

بچے کے لواحقین کو نمونیہ کے ٹھیک ہونے کے بعد دل کے ڈاکٹر سے مشورہ کرنے کی ہدایت کی گئی۔

مناسب تحقیقات کے بعد بچے کے دل میں چار خلقی نقائص کا پتہ چلا۔

بیماری کا سراغ چہرے پر پھیلے ہوئے نیلے رنگ سے لگا اور بدقسمتی سے اس بچے کے جسم کے اکثر حصے آج بھی نیلے نظر آتے ہیں۔ نیلا پن اگر دل کی وجہ سے ہو تو زبان بھی نیلی نظر آتی ہے۔

دل میں خرابی کے ساتھ نیلگوں بچوں کی انگلیاں بھی آگے سے مگدر نما ہوتی ہیں۔

گرزانگشتی۔ مگدر نماانگلیاں (Clubbing of Fingers)

دل کی بیماریوں۔ دل کی جھلی کی سوزش۔ دل کے والو کی سوزش اور موروثی بیماریوں کے مریض کی انگلیاں آگے سے موٹی ہو جاتی ہیں۔ یہ تبدیلی عام طور پر ہاتھوں تک محدود رہتی ہے۔ پیروں پر یہ اثر کبھی کبھی نمایاں ہوتا ہے۔

دل کی بیماریوں کے علاوہ پھیپھڑوں کے سرطان اور دوسری التہابی بیماریوں میں بھی انگلیاں موٹی ہو سکتی ہیں۔

آنکھوں کے گرد ورم۔ حلقے (Papilloedema)

آنکھوں کے گرد ورم دل کے پرانے مریضوں کی ایک اہم علامت ہوتی ہے۔ پھولا ہوا نچلا حصہ۔ بھاری پپوٹے دیکھنے والوں کو بھی بتا دیتے ہیں کہ ان صاحب کو دل میں کوئی تکلیف ہے۔ جن لوگوں کا بلڈ پریشر 140-MM سے زائد ہو ان کی آنکھوں کے اطراف میں واقع خون کی نالیوں میں زیادہ دباؤ کی وجہ سے ورم آ جاتا ہے۔ یہ کیفیت Malignant Hypertension اور Congestive heart failure میں زیادہ واضح نظر آتی ہے۔

گردن کی رگوں کا پھول جانا (Jugular Venous Pulse)

گردن کے اطراف میں دماغ سے خون لے کر آنے والی دو اہم وریدیں Jugular veins واقع ہیں۔ یہ وریدیں عام حالات میں نظر نہیں آتیں۔ لیکن دل کی بعض بیماریوں۔ خاص طور پر CongestiveHeart Failvre میں یہ رگیں پھول جاتی ہیں۔ کبھی کبھی یہ نبض کی مانند پھڑپھڑاتی بھی ہیں۔ اگرچہ Chronic Nephrites میں بھی رگیں پھول سکتی ہیں۔ لیکن دل کے دائیں اذن (Right Auricle) سے براہ راست متعلق ہونے کی وجہ سے ان میں ورم دل کی بیماریوں میں بھی اکثر ہوتا ہے اور یہ اسی کی علامت سمجھا جاتا ہے۔

بیماری اگر زیادہ ہو تو ان میں نبض کی مانند حرکات دیکھنے میں آتی ہیں۔ اطباء قدیم

نے اس نبض کو تین لہروں میں بیان کیا ہے۔ لہروں کی یہ تمام اقسام دل کے اذن میں اندرونی دباؤ اور ارتعاش کی آئینہ دار ہیں۔

جسم پر ورم۔ اذیما (Oedema)

جب دل کی طاقت ماند پڑجاتی ہے اور اس کی دھڑکن میں قوت باقی نہیں رہتی تو دورانِ خون سست پڑنے لگتا ہے۔ یہ کمزوری جن صورتوں میں ظاہر ہوتی ہے ان میں سے ایک جسم کے نچلے حصوں پر ورم ہے۔ پیر اور ٹخنے جسم کے دور ترین حصے ہیں۔ جب دوران خون کی طاقت میں کمی آتی ہے تو ٹخنوں اور پیروں پر سوجن نمودار ہوتی ہے۔ یہ سوجن ٹخنوں تک محدود نہیں رہتی۔ مریض اگر آرام نہ کرے اور مناسب علاج نہ کیا جائے تو ورم پوری ٹانگ پر آجاتا ہے۔ ورم والی جگہ پر انگلی یا انگوٹھے سے دباؤ ڈالیں تو وہاں پر چھوٹا سا گڑھا پڑ جاتا ہے۔ تھوڑی دیر بعد جسم اپنی پہلے والی جگہ پر واپس آجاتا ہے۔ انگوٹھے کے دباؤ سے سوجن کی تشخیص طب جدید میں ایک معتبر ترکیب ہے۔ جس کو Pitting on pressure کہتے ہیں۔

جرمن ڈاکٹر ولیم وورنگ نے 1785ء میں جسمانی اورام کی ان قسموں کا مشاہدہ کیا جن کی وجہ دل کی بیماریاں ہوتی ہیں۔ ولیم وورنگ اس ورم کا سبب معلوم نہ کر سکا۔ لیکن اس کے علاج کیلئے جڑی بوٹیاں تلاش کر لیں۔ حسن اتفاق سے جڑی بوٹیاں آج بھی مقبول ہیں اور جس طرح وہ جسم میں پیدا ہونے والی سوجن کے عمل سے ناواقف تھا۔ آج کے ڈاکٹر بھی اسی طرح ناواقف ہیں۔

ورم حاملہ عورتوں کو بھی ہوتا ہے۔ گردوں کی بیماریوں، خون کی کمی اور غذا میں پروٹین کی کمی سے بھی ورم ہو سکتا ہے۔ دل کی بیماریوں اور دوسرے تمام اورام میں نمک کی بڑی بدنامی ہے۔ انسانی جسم میں نمک کا تناسب ہر جگہ 5.9 فیصدی ہوتا ہے۔ جسم اس سے زیادہ مقدار کو قبول نہیں کرتا۔ اگر کسی وجہ سے جسم میں مقدار بڑھ جائے تو جسم اس کے

محلول کو 0.9 فیصدی رکھنے کیلئے پانی کی مزید مقدار اپنے اندر روک لیتا ہے۔ اس لئے نمک کھانے سے ورم میں اضافہ ہوتا ہے۔ ورم کسی بھی وجہ سے ہو نمک کھانے سے بڑھ سکتا ہے۔

دل کی بیماری کے ساتھ گردے متاثر ہو جاتے ہیں۔ دلچسپ بات یہ ہے کہ گردے نمک کا اخراج بند کر دیتے ہیں۔ جس سے نمک کی مقدار بڑھ جاتی ہے اور ورم کا باعث بن جاتی ہے۔

دل اور گردوں کے مریضوں کو ڈاکٹر نمک کے استعمال کی ممانعت کر دیتے ہیں۔ بلڈ پریشر کے مریضوں کو بھی نمک منع کر دیا جاتا ہے۔ کیونکہ یہ ورم میں اضافہ کرتا ہے۔

پاکستان کی ایک دواساز کمپنی نے ایسی کیفیت میں Naclex نامی دوا تیار کی ہے۔ جس کے لفظی معنی نمک کو جسم سے خارج کرنا ہے۔

باب 6

دل، منشیات اور اسلام

معاشرے کو آج ہیروئن اور دوسرے جان لیوا دوائیوں کا مسئلہ مصیبت میں ڈالے ہوئے ہے۔ مغربی ممالک میں جب لوگ شرابیں پی پی کر تنگ آجاتے ہیں تو اونچا اڑنے کے لیے اور چیزیں تلاش کرتے ہیں۔ پہلے نیند کی گولیاں کھائی جاتی تھیں۔ پھر چرس اور افیون کا شوق ہوا۔ جب ان سے تسلی نہ ہوئی تو کوکین L.S.D. اور ہیروئن کو مقبولیت حاصل ہوئی۔ جس گھر میں شراب کی بوتلوں سے بھری ہوئی الماریاں موجود ہوں اور مہمانوں کی تواضع بھی شرابوں سے کی جاتی ہو وہاں پر کسی بچے کو منشیات سے نفرت نہیں ہو سکتی۔ بچہ اپنی ماں' باپ' بہن بھائیوں اور بزرگوں کو شراب پیتے دیکھ کر اسے اچھا کام ہی سمجھ سکتا ہے۔ اس بچے کو اگر یہ بتلایا جائے کہ ہیروئن بری چیز ہے یا چرس پینا مضر صحت ہے تو وہ متاثر نہیں ہو سکتا۔ کیونکہ اس کے گھر کے سبھی لوگ نشہ کرتے ہیں۔ جب سارے بزرگ ہی یہ کام کرتے ہیں تو وہ کیوں نہ کرے؟

ابتدائے آفرینش سے انسان کو اچھی راہ دکھانے اور برائی سے روکنے کا ذمہ مذاہب نے لیا ہے۔ مذہبی تعلیمات کے ذریعہ لوگوں کو اخلاقیات کی تعلیم دی جاتی رہی ہے۔ مگر بدقسمتی یہ ہے کہ تمام پرانے مذاہب میں شراب اور منشیات کو مذہبی رسوم میں بھی شامل کیا جاتا رہا ہے۔

ہندو مذہب میں دیوتا سوم رس پیتے ہیں۔ جو کہ شراب ہے۔ ہولی کے تہوار پر بھنگ پینا ایک اچھا کام قرار دیا جاتا ہے۔ عیسائی مذہب کی تمام تر تعلیمات تین آسمانی کتابوں توریت' انجیل اور زبور پر مبنی ہیں۔ لیکن انگور کی شراب میں خمیری روٹی بھگو کر عقیدت مندوں کو اعشائے ربانی کے نام سے خلوص کے ساتھ کھلائی جاتی ہے۔

لوگوں کو منشیات سے پیار کرنا اکثر مقامات پر مذہبی رسوم نے سکھایا۔ پاکستان میں شراب قانونی طور پر ممنوع ہے۔ لیکن عیسائی مذہب کا حصہ ہونے کی بنا پر عیسائیوں کو اپنی مذہبی رسوم کے لیے پرمٹ دیئے جاتے ہیں۔

اسلام دنیا کا پہلا مذہب ہے جس نے منشیات کو مکمل طور پر حرام قرار دیا ہے۔ ابتدائی دور میں اسلام لانے والے منشیات کے عادی تھے۔ ان کو ایک دن میں ان سے مکمل طور پر دور کیا جانا ممکن نہ تھا۔ اس لیے قرآن مجید نے فرمایا۔

یسئلونک عن الخمر و المیسر قل فیھما اثم کبیر و منافع للناس و اثمھما اکبر من نفعھما۔ (البقرہ۔219)

"تم سے شراب اور جوئے کے بارے میں پوچھتے ہیں۔ ان کو بتاؤ کہ ان میں گناہ فوائد سے زیادہ ہیں۔ ان میں اگرچہ فوائد بھی ہیں لیکن فوائد سے گناہ زیادہ ہیں۔"

دوسری جگہ ارشاد ربانی ہے۔

یا ایھا الذین امنوا انما الخمر و المیسر و الانصاب و الازلام رجس من عمل الشیطن فاجتنبوہ لعلکم تفلحون۔ (المائدہ۔90)

"اے ایمان والو! یہ جان لو کہ شراب' جوا' بت اور پانسہ پھینکنا گندی چیزیں ہیں' یہ شیطانی کام ہیں۔ ان سے اجتناب کرو تاکہ تم بھلائی پاؤ۔"

قرآن مجید فوائد کے اعتراف کے بعد یہ بتاتا ہے کہ فائدہ کم ہے۔ لیکن نقصان زیادہ ہے۔ یہاں تک بات نصیحت سے سمجھانے کی حد تک تھی۔ اب ان کے نقصانات واضح فرمائے گئے۔

انما یرید الشیطان ان یوقع بینکم العداوۃ و البغضاء فی الخمر و المیسر و یصدکم عن ذکر اللہ و عن الصلوۃ فھل انتم منتھون۔ (المائدہ۔91)

"شیطان یہ چاہتا ہے کہ وہ تمہارے درمیان عداوت پیدا کرے اور شراب اور جوئے کی وجہ سے آپس میں غصہ دلائے اور اس طرح وہ تم کو اللہ کے ذکر اور نماز سے روکتا ہے کیا تم ان سے باز آؤ گے؟"

شراب کے فوائد میں اہم ترین چیز اس کی حل کر دینے کی صلاحیت ہے۔ کیمیاوی صنعت میں مختلف اشیاء کو سیال بنانے کے لیے الکحل بڑی کارآمد چیز ہے۔ دوا سازی اور ہومیوپیتھک طریقہ علاج مختلف ادویہ کے اجزاء عامل الکحل میں حل کر نکالے جاتے ہیں۔

حضرت انس بن مالکؓ روایت فرماتے ہیں کہ کچھ لوگ ایک جگہ بیٹھے شراب پی رہے تھے کہ گھر سے باہر نبی ﷺ کے ڈھنڈورچی کی آواز آئی۔ وہ اعلان کر رہا تھا۔

"نبی ﷺ نے شراب کو حرام کر دیا ہے۔"

اس اعلان کو سنتے ہی حاضرین مجلس نے اپنے اپنے جام پھینک دیئے۔

عربی لفظ "خمر" سے مراد شراب لی جاتی ہے۔ اگر اس کا ترجمہ شراب کیا جائے تو دوسرے منشیات کو حرام کرنے کی سند نہیں ملتی۔ اس کا حل خود نبی ﷺ نے عطا فرمایا۔

کل مخمر خمر۔ وکل مسکر حرام۔ (ابوداؤد)

"ہر نشہ آور چیز خمر ہے۔ ہر نشہ آور چیز حرام ہے۔"

حضرت عبداللہ بن عباسؓ کی اس روایت کو دوسرے کئی ذرائع سے تائید میسر ہے۔

اجتنبوا الخمر' فانها ام الخبائث۔ (زہری)

حضرت جابرؓ بن عبداللہ روایت فرماتے ہیں کہ نبی ﷺ نے فرمایا۔

ما اسکر کثیرۃ۔ فقیلله حرام۔ (ابن ماجہ)

"جس چیز کی زیادہ مقدار نشہ کر دے۔ اس کی تھوڑی مقدار بھی حرام ہے۔"

شراب کی معالجاتی ضرورت

ایک عرصہ تک ڈاکٹروں کا خیال تھا کہ دل کی بیماریوں' نمونیہ اور پرانی کھانسی میں شراب مفید ہے۔

تب دق کے مشہور معالج ڈاکٹر بجمن اپنے مریضوں کو دق کے علاج کی تمام ادویہ علی الصبح بیئر کے گلاس میں گھول کر پلاتے تھے۔

تفصیلی مشاہدات سے معلوم ہوا کہ صحیح علاج کے باوجود بیئر کے ساتھ دوائی پینے والوں کے زخم بھرنے میں زیادہ عرصہ لگا۔ علم الامراض کے ماہرین نے یہ ثابت کیا ہے کہ شراب کی موجودگی میں پھیپھڑوں کے زخم جلد بھرنے میں نہیں آتے۔ ایک زمانہ تھا کہ ہر ہسپتال کی دوائیوں والی الماریوں میں دیگر ادویہ کے ساتھ برانڈی بھی موجود رہتی تھی۔

برطانوی ماہر طب میومانٹ نے دل کے دورہ کے علاج میں روزانہ وہسکی یا برانڈی بھی شامل کی تھی۔ لیکن تجربات سے یہ معلوم ہوا کہ شراب والے علاج سے بچنے والوں کی تعداد زیادہ نہ تھی۔ قرآن مجید نے حرام چیزوں سے علاج کے بارے میں یہ اصول عطا کیا ہے۔

فمن اضطر غیر باغ و لا عاد فلا اثم علیه ان الله غفور رحیم۔ (البقرہ۔173)

"جس پر کوئی اضطراری کیفیت طاری ہو۔ اگر وہ ہمارے حکم سے

سر تابی یا عادت کے علاوہ کوئی حرام چیز استعمال کرلے تو اس میں کوئی گناہ نہیں۔ کیونکہ اللہ تعالیٰ گناہوں کو معاف کرنے والا اور مہربان ہے۔"

بیماری کی شدید حالت میں علاج کے لیے کسی بھی حرام چیز کو استعمال کیا جا سکتا ہے۔ لیکن نبی ﷺ کا ارشاد گرامی حضرت ابو ہریرہؓ یوں بیان کرتے ہیں۔

من تداوى بحرام۔ لم يجعل الله تعالىٰ فيه شفاء۔ (ابو داؤد۔ ترمذی۔ ابو نعیم)۔

"جس نے کسی حرام چیز سے علاج کیا۔ وہ جان لے کہ اس میں اللہ تعالیٰ نے شفاء نہیں رکھی۔"

اسی مسئلہ پر مزید تفصیل حضرت ابی الدرداءؓ نے یوں بیان فرمائی ہے۔

و ان الله انزل الداء و الدواء' و جعل لكل داءٍ دوا؟ فتداو و' و لا تداو وا بالحرم۔ (ابو داؤد)۔

"اللہ تعالیٰ نے بیماری کے ساتھ دوائیں بھی اتاری ہیں۔ اس لیے علاج کیا کرو۔ لیکن حرام چیز سے علاج نہ کرو۔"

قرآن اجازت دیتا ہے کہ علاج کے لیے حرام چیز استعمال ہو سکتی ہے۔ لیکن نبی ﷺ نے واضح فرمادیا کہ حرام چیز کو استعمال کرنے میں کوئی فائدہ نہ ہوگا۔ کیونکہ جن چیزوں کو اللہ نے حرام کردیا ہے۔ ان میں شفاء نہیں ہوتی۔

ان پڑھ ناقد اسلام پر ہمیشہ حرام اور حلال کے مسئلہ پر اعتراض کرتے ہیں۔ مغربی ممالک میں جب کوئی مسلمان جھٹکا اور سور کھانے سے انکار کرتا ہے تو لوگ ہنستے ہیں۔ حالانکہ حرام حلال کا اصل بیان تو توریت مقدس میں ہے۔ توریت کے باب احبار میں تقریباً ایک سو چیزوں کو حرام قرار دیا گیا۔ اس فہرست کے مطابق سور' خرگوش' آبی جانور بھی عیسائیوں کے مذہب میں حرام ہیں۔

اسلام کے فلسفہ حرام اور حلال کو دیکھیں تو معلوم ہوتا ہے کہ مسلمانوں کے لے ہر وہ چیز حرام ہے جو مضر صحت ہو۔ اسلام نے کسی صاف ستھری کو حرام نہیں کیا۔ اس کا اصول قرآن مجید نے یوں بیان کیا ہے۔

یامرھم بالمعروف و ینھٰھم عن المنکر و یحل لھم الطیبٰت و یحرم علیھم الخبائث۔ (الاعراف۔15)۔

"ان کو اچھے کاموں کے لیے ہدایت کرو اور برائی سے منع کرو۔ ان کے لیے تمام اچھی چیزیں حلال کر دی گئی ہیں۔ اور تمام خراب اور گندی چیزیں حرام کر دی گئی ہیں۔"

قرآن مجید نے اپنی آیہ حرمت میں جن چیزوں کو حرام کیا ہے۔ ان میں سے ہر چیز انسانی صحت کے لیے مضر ہے۔

اسی اصول کے مطابق شراب اور منشیات کے حرام ہونے کا مطلب یہ ہے کہ وہ انسانی صحت کے لیے مضر ہیں۔ وہ لوگ جو نمونیہ میں برانڈی دیتے تھے اور دل کے مریضوں کو وہسکی پلاتے تھے۔ اب اپنی غلطی جان چکے ہیں اور ادویہ کی فہرست سے شراب کو خارج کر دیا گیا ہے۔

شراب پینے سے خون میں Triglycerides- Cholestrol بڑھ جاتے ہیں۔ ان کا بڑھنا دل کے دورے کا پتہ دیتا ہے۔ شراب جگر کو خراب کرتی ہے۔ اعصاب کے خلیوں کو ہلاک کرتی ہے۔ شرابیوں کی تمام علامات کو ایک خصوصی نام دیا گیا۔ Chronic Alcoholism میں پیٹ کی خرابیاں' حافظہ کی کمزوری جسم میں ناطاقتی کے ساتھ رعشہ' نامردی' بینائی کی خرابیاں اور پیٹ میں پانی پڑنا شامل ہے۔ نبی ﷺ کے ارشادات سے خیال آتا ہے کہ وہ جگر کی خرابیوں کو دل کے دورہ کا باعث قرار دیتے تھے۔ شراب نوشی سے جگر کی خرابی کا نام Alcoholic Cirrhosis ہے۔ اور یہ بیماری ایک مرتبہ ہو جانے کے بعد واپس نہیں جاتی۔

نبی ﷺ وہ پہلے معالج ہیں جنہوں نے شراب کے نقصان کو محسوس کیا اور اسے حرام قرار دیا۔ ان کا یہ حکم ایک عظیم سائنسی کارنامہ ہے جس کی افادیت کا آج پتہ چلا۔

انہوں نے ہر نشہ آور چیز کو حرام قرار دیا اور آج کی تحقیقات ان کے اس ارشاد کی سچائی کا سب سے بڑا ثبوت ہیں۔ وہ لوگ جو ذہنی دباؤ-Tension- Depression کے لیے سکون آور ادویہ Tranquilisers کھاتے ہیں۔ وہ اس ارشادِ گرامی کی سچائی کا سب سے بڑے گواہ ہیں۔ ان گولیوں سے ان کی ذہنی استعداد خراب ہوئی۔ لولے لنگڑے' اور معذور بچے پیدا ہوئے اور جسمانی قوتوں سے محروم ہو گئے۔ ان گولیوں کو کھانے والا کوئی شخص کبھی تندرست نہیں ہوا۔

متبرک مقویات قلب

نبی ﷺ نے دل کی بیماریوں کے علاج اور بچاؤ کے لیے غذا میں ایسے عناصر کی نشان دہی فرمائی ہے جن کو کھانے سے دل کو تقویت حاصل ہوتی ہے۔ اور اگر وہ بیمار بھی ہوں تو تندرستی حاصل ہوتی ہے۔

ان غذاؤں میں سب سے زیادہ اہم جو کا دلیا ہے۔

جو کا دلیا (تلبینہ)

جو کا دلیا بنا کر اگر اسے دودھ کے ساتھ پکایا جائے اور اس میں مٹھاس کے لیے شہد ڈالا جائے تو یہ تلبینہ ہے۔

حضرت عائشہ صدیقہؓ روایت فرماتی ہیں کہ میں نے رسول اللہ ﷺ کو فرماتے ہوئے سنا۔

التلبينة مجمه الفواد المريض' تذهب ببعض الحزن۔
(بخاری۔ مسلم)

''دل کے مریض کے لیے تلبینہ تمام مسائل کا حل ہے۔ یہ دل سے

غم کو اتار دیتا ہے۔"

جدید تحقیقات سے یہ ثابت ہوا ہے کہ خون سے کولیسٹرول کو نکالنے کی سب سے مجرب دوا جو کا دلیا ہے۔ مغربی ممالک میں جو کا شوق اتنا نہیں اس لیے وہ جو کی جائے جئی کا دلیا Quaker Oats بناتے ہیں۔ پنجاب میں گھوڑوں کو جئی کھلانے کا رواج ہے۔

جو ایک اناج ہے جس میں مفید غذائی عناصر کی ایک معقول مقدار پائی جاتی ہے۔ وہ اسے اس حد تک مقوی، مصلح اور مفید قرار دیتے تھے کہ حضرت عائشہ صدیقہؓ ہی اس بارے میں مطلع فرماتی ہیں۔

اذا اشتکی من اھلہ لم تنزل ابرمۃ علی النار حتی ینتھی احد طرفیہ' یعنی یبرا او یموت۔ (ابن ماجہ۔ احمد۔ الحاکم)۔

"ہمارے گھر کا کوئی فرد اگر بیمار پڑ جاتا تو حضور کے حکم پر دلیا کی دیگچی چولہے پر چڑھا دی جاتی اور یہ اس وقت تک مسلسل چڑھی رہتی جب تک کہ بیماری کسی طرف ختم نہ ہو جائے۔ یعنی وہ تندرست ہو جائے یا مر جائے۔"

ان کی گرامی رائے میں بیمار کے لیے دلیا سے زیادہ کوئی مفید اور قوت بخش غذا نہ تھی۔ وہ اسے دن میں کئی بار گرم گرم کھلاتے تھے۔ مریض کو اکثر بھوک نہیں لگتی۔ وہ اسے اشتہا آور (Appetiser) قرار دیتے تھے۔

کان رسول اللہ ﷺ اذا قیل لہ: ان فلاناً و جع و لا یطعم الطعام' قال' علیکم بالتلبینۃ فحسوہ ایاھا' و یقول: و الذی نفسی بیدہ' انھا تغسل بطن احدکم کما تغسل احدکن و جھھا من الوسخ۔ (احمد)۔

جب رسول اللہ ﷺ کو بتایا جاتا کہ فلاں کے پیٹ میں تکلیف ہے اور

وہ کھانا بھی نہیں کھا سکتا۔ تو فرمایا کرتے "تمہارے پاس یہ مفید اناج تلبینہ جو موجود ہے۔ وہ اسے کھلاؤ۔ میں اس ذات کی قسم کھاتا ہوں جس کے قبضے میں میری جان ہے کہ یہ پیٹ کو اس طرح دھو کر صاف کر دیتا ہے جس طرح کوئی شخص اپنے چہرے کو پانی سے دھو کر اس پر سے غلاظت اتار دیتا ہے۔"

جو کا دلیا (تلبینہ) بیمار کی کمزوری اور اس کے جسم میں قوت مدافعت کو بڑھانے کے لیے تجویز فرمایا گیا۔ لیکن اس کی اصل اہمیت دل کی بیماریوں کو دور کرنے کے لیے قرار پائی۔

ابن القیمؒ نبی ﷺ کے ارشادات گرامی کی روشنی میں بتاتے ہیں۔

مجمة لفواد المريض۔ (بخاری۔ مسلم)

"دل کی بیماریوں کی ہر قسم کے لیے مکمل دوا ہے۔"

خون میں کولیسٹرول کی زیادتی دل کے دورہ کا باعث بنتی ہے۔ جب کسی شخص کے خون میں کولیسٹرول کی مقدار 200 ملی گرام سے بڑھ جاتی ہے تو اب اس کا دل خطرہ میں ہے۔ یا علاج کے دوران جس کی کولیسٹرول 200 گرام سے زائد رہے تو اس کی صحت یابی مشتبہ ہو جاتی ہے۔ کولیسٹرول کو کم کرنے کے لیے مختلف پرہیزوں کے ساتھ درجنوں گولیاں دی جاتی ہیں۔ امریکی رسالہ "ریڈرز ڈائجسٹ" نے پچھلے سال یہ خوشخبری سنائی کہ کولیسٹرول کو قابو میں رکھنے کے لیے Porridge ایک بہترین ترکیب ہے۔ پورج سے مراد دلیا ہے۔ یورپ میں دلیا بنانے کے لیے جئی استعمال ہوتی ہے۔ شکل وصورت میں یہ جو سے ملتی جلتی ہے۔ پنجاب میں اسے "جوی" کہتے ہیں اور گھوڑوں کو کھلائی جاتی ہے۔ جئی کا دلیا Quaker Oats کے نام سے ہوتا ہے۔ فوائد کو دیکھیں تو جو کا پورج جئی سے زیادہ مفید اور خون سے کولیسٹرول کو کم کرنے میں لاجواب ہے۔

نبی ﷺ نے جو کے دلیا کو دل کی ہر بیماری میں مفید قرار دیا۔ آپ کے ارشاد گرامی

کے بعد ہمیں مزید کسی ثبوت کی ضرورت نہیں۔ لیکن دلچسپ بات یہ ہے کہ جدید تحقیقات بھی اس کی تائید کرتی ہے۔

انہوں نے جب دل کی بیماریوں اور علاج کے بارے میں رہنمائی کی مہربانی فرمائی تو انہوں نے کئی اور تحائف بھی عطا فرمائے۔

کدو کی اہمیت

نبی ﷺ کدو کو بہت پسند کرتے تھے۔ حکیم بن جابرؓ اپنے والد گرامی حضرت جابر بن عبداللہؓ سے روایت فرماتے ہیں۔

دخلت علی النبی ﷺ فی بیتہ و عندہ ھذاہ الدباء۔
فقلت أیّ شی ھذا؟ فقال ھذا القرع ھو الدباء نکثربہ
طعامنا۔ (ابن ماجہ)۔

”میں نبی ﷺ کی خدمت میں ان کے گھر میں حاضر ہوا تو ان کے پاس
کدو تھا۔ میں نے پوچھا یہ کیا ہے؟ تو فرمایا کہ یہ کدو ہے۔ جسے ہم اپنے
کھانے کو بڑھانے میں استعمال کرتے ہیں۔“

یہی روایت ترمذی نے بھی دوسرے الفاظ میں بیان کی ہے۔ دل کی بیماریوں اس کی افادیت کا تذکرہ ہشام بن عروۃ سے میسر ہے۔ وہ اپنے والد گرامی سے روایت کرتے ہیں کہ انہوں نے حضرت عائشہ صدیقہؓ سے کدو کے بارے میں دریافت کیا تو انہوں نے فرمایا:

قال لی رسول اللہ ﷺ یا عائشۃ! اذا طبختم قدراً
فاکثروا فیھا من الدباء۔ فانھا تشد قلب الحزین۔
(الغیلانیات)

مجھے رسول اللہ ﷺ نے فرمایا کہ ”اے عائشہ جب تم خشک گوشت
پکایا کرو تو اس میں کدو ڈال کر اسے بڑھا دیا کرو۔ کیونکہ یہ غمگین دل کو
مضبوط کرتا ہے۔“

حضرت یونسؑ کا واقعہ

فنبذنہ بالعراء و ھو سقیم۔ و انبتنا علیہ شجرۃ من یقطین۔ و ارسلنہ الیٰ مائۃ الف او یزیدون۔ فامنوا فمتعنٰھم الیٰ حین۔ (الصافات۔48-146)۔

''ہم نے اسے ایک چٹیل میدان میں ڈال دیا۔ پھر اس کے اوپر کدو کی بیل اگا دی گئی۔ پھر اسے ایک لاکھ یا اس سے بھی زیادہ لوگوں کی بھلائی پر مامور کیا۔ جو اس پر ایمان لائے وہ مدتوں فیضیاب ہوئے۔''

اسی واقعہ کو توریت مقدس نے بھی یونہی بیان کیا ہے۔

''تب خداوند نے کدو کی بیل اگائی اور اسے یوناہ کے اوپر پھیلایا۔ کہ اس پر سایہ ہو۔ اور وہ تکلیف سے بچے۔ اور یوناہ اس بیل کے سبب سے بہت خوش ہوا۔'' (یوناہ۔6-4-7)

توریت مقدس میں یہی بات مزید وضاحت سے درج ہے۔

''کدو کی بیل ان پر سایہ فگن رہی۔ بیل کے ساتھ لٹکنے والے کدو ان کے کھانے اور مشروب کا کام دیتے رہے۔ جب مچھلی نے ان کو صحرا کے کنارے پر اگل دیا تو وہ بد جگہ کی تھکن اور فاقوں سے بے حال ہو چکے تھے۔''

قرآن مجید نے ان کی کمزوری کو ''سقیم'' کے لفظ سے واضح کیا ہے۔ اس ناتوانی کے عالم میں کدو نے ان کو توانائی مہیا کی۔ یعنی کہ کمزور جسم کے لیے کدو ایک بہترین خوراک ہے۔

دل کے ایک مریض کو بائی پاس اپریشن کے کچھ عرصہ بعد پھر سے تکلیف ہو گئی۔ دوائیں بے کار ہو رہی تھیں اور اندیشہ تھا کہ اپریشن دوبارہ سے کرنا ہو گا۔ انہوں نے ایک پرانی کتاب میں کدو کے بارے

میں پڑھا۔ کدو کو گرم راکھ میں گھنٹہ بھر دبا کر رکھا گیا۔ پھر دھو کر اس کو اچھی طرح مل کر نرم کر لیا۔ ایک سوراخ ڈال کر اندر کا پانی نکال کر پیا گیا۔

اسی طرح سات روز ایک کدو کا پانی پیا گیا۔ دل کی جملہ تکالیف جاتی رہیں۔

انہوں نے یہ علاج دوسرے کئی مریضوں کو بتایا۔ سب کو فائدہ ہوا۔ ان صاحب کو دل کے علاوہ شوگر کا عارضہ بھی ہے۔ لاہور کی برانڈرتھ روڈ پر معدنیات کی تجارت کرتے اور خاکسار سے ذاتی موانست بھی ہے۔ انہوں نے یہ خبر جب ہمیں سنائی تو ان کے بیان کی پڑتال کرنے پر بات درست پائی گئی۔ پھر اطباء قدیم سے دریافت کیا گیا تو معلوم ہوا کہ کدو کے اس قسم کے فوائد پرانے استادوں کے یہاں کثرت سے ملتے ہیں۔

حضرت انس بن مالکؓ روایت کرتے ہیں کہ نبی ﷺ نے فرمایا۔

الدباء یکثر الدماغ و یزید فی العقل۔(دیلمی)۔

"کدو دماغ کو بڑھاتا اور عقل میں اضافہ کرتا ہے۔"

اسی بات کو حضرت عطاء بن ابی رباحؒ کی ایک روایت سے تاکید میسر ہے۔ فرماتے ہیں کہ نبی ﷺ نے فرمایا۔

علیکم بالقرع فانہ یزید فی العقل و یکثر فی الدماغ۔

(ابن حبان)۔

"تمہارے لیے کدو موجود ہے۔ کیونکہ یہ عقل میں اضافہ کرتا اور دماغ کو بڑھاتا ہے۔"

کدو گردے سے پتھری نکال دیتا ہے۔

کمزوروں اور دل کے مریضوں کے لیے کدو بہترین غذا اور دوا ہے۔اس کے بعد جس غذا کو اہمیت عطا فرمائی وہ انار ہے۔

انار کے فوائد

قرآن مجید میں سورۃ الانعام میں اللہ تعالیٰ نے اپنی جن شاندار نعمتوں کا تذکرہ فرمایا ہے ان میں انار دو جگہ مذکور ہے۔اسے اللہ کی قدرت کے کرشموں میں سے بیان کیا گیا ہے۔

نبی ﷺ کے ارشاد گرامی کو حضرت انسؓ یوں بیان کرتے ہیں۔

انه سأل من رسول الله ﷺ عن الرمان فقال ما من رمانة الا و فيه حبة من رمان الجنة۔(ابو نعیم)۔

میں نے رسول اللہ ﷺ سے انار کے بارے میں پوچھا تو انہوں نے فرمایا کہ ایسا کوئی انار نہیں جس میں جنت کے اناروں کا ایک دانہ نہ ہو)۔

سعودی عرب میں طائف کے باغ اناروں کے لیے مشہور ہیں۔اور وہاں پر مشہور ہے کہ انار دل کو تقویت دیتے ہیں۔ محمد احمد ذہبیؒ نے اسی عنوان سے حضرت علیؓ سے ایک روایت نقل کی ہے۔

من آكل رمانة نور الله قلبه

"جس نے انار کھایا' اللہ تعالیٰ نے اس کے دل کو نور سے بھر دیا۔"

محدثین نے انار کو دل' جگر اور معدہ کے لیے مفید قرار دیا ہے۔اطباء قدیم بھی انار کے فوائد کے معترف رہے ہیں۔ عرب میں انار شیریں کو گلے اور پیٹ کی خرابیوں میں استعمال کیا جاتا ہے۔

بہی کے شاندار فوائد

طب یونانی میں بہی کا پھل ایک عرصہ سے پیٹ کی بیماریوں میں مقبول چلا آرہا

ہے۔ کبھی کا مربہ آنتوں کی سوزش میں اور اس کے بیج کبھی دانہ گلے کی سوزش کے لیے مفید قرار دیئے گئے ہیں۔

نبی ﷺ کے دست مبارک میں ایک روز کبھی کا پھل تھا۔ اس واقعہ کو حضرت طلحہؓ یوں بیان فرماتے ہیں۔

دخلت علی النبی ﷺ و بیدہ سفر جل فقال دونکھا یا طلحۃ فانھا تجم الفواد۔ (ابن ماجہ)۔

انہوں نے پھل مجھے دیتے ہوئے فرمایا کہ یہ دل کی تکلیف (دورہ) کو دور کر دیتا ہے۔

اسی مسئلہ پر حضرت ابو ذر غفاریؓ مزید تفصیل فراہم کرتے ہیں۔ انہوں نے بھی حضور ﷺ کو ہاتھوں میں سفر جل پکڑ کر اس کو اچھالتے ہوئے دیکھا اور فرمایا۔

دونکہا یا ابا ذر؟ فانما تشد القلب ویطیب النفس و تذھب بطخاء الصدر۔

"جانتے ہو یہ کیا ہے؟ یہ دل کو مضبوط کرتا ہے۔ سانس کو خوشبودار بناتا ہے۔ سینے کے اندر سے بوجھ اتارتا ہے۔"

ہم دل کے مریضوں کو سینہ سے بوجھ رفع کرنے کے لیے Inderal کی گولیاں دیتے آئے ہیں۔ اس کے مقابلہ میں یہی خوش ذائقہ بھی ہے اور دل کے عضلات کو مضبوط کرنے کے علاوہ گھٹن اور بوجھ کو دور کرتی ہے۔

دل کے دورہ اور اس کی گھٹن کے بارے میں حضور ﷺ نے کئی مرتبہ خوشخبری سنائی۔ حضرت جابرؓ بن عبداللہ روایت فرماتے ہیں کہ نبی ﷺ نے فرمایا۔

کلوا السفر جل فانہ یجلی عن الفؤاد و یذھب بطخاء الصدر۔ (ابن السنی۔ ابو نعیم)۔

"سفر جل کھاؤ کہ یہ دل کی تکلیف کو دور کرتا ہے اور سینہ کی گھٹن کو

دور کرتا ہے۔"

اس مسئلہ پر ایک تاکیدی خبر حضرت انس بن مالکؓ کے توسط سے میسر ہے۔ کہ رسول اللہ ﷺ نے فرمایا۔

اکل السفر جل' یذھب بطخاء القلب ۔ (القالی)۔

"سفر جل کھانے سے دل پر سے بوجھ اتر جاتا ہے۔"

بعض ماہرین نے بطخاء القلب کا ترجمہ Pericarditis کیا ہے۔ یعنی جب دل کی غلافی جھلی میں ورم آجائے اور اس میں پانی پڑ جائے تو بھی کھانے سے فائدہ ہوگا۔

متعدد روایات سے پتہ چلتا ہے کہ انہوں نے سفر جل کو صبح نہار منہ کھانے کی ہدایت فرمائی۔ ان کے الفاظ گرامی یہ تھے۔

کلوا السفر جل علی الریق۔

حضرت عوف بن مالکؓ روایت فرماتے ہیں۔

کلوا السفر جل فانه یجم الفوأد۔ و یشجع القلب۔ (مسند فردوس)۔

"سفر جل کھاؤ کہ دل کے دورے کو ختم کر دیتا ہے۔ اور دل کو مضبوط بناتا ہے۔"

سفر جل کو اردو میں بہی کہتے ہیں۔ شمال مغربی علاقوں میں یہ ایک عام پھل ہے۔ لاہور میں بھی اس کے کافی درخت تھے۔ اسلامیہ کالج ریلوے روڈ کے اندر اس کے کئی درخت تھے۔ جن کو اب غیر ضروری اور بے کار جان کر کاٹ دیا گیا۔ اسے علم نباتات میں Aegle Marmelos کہتے ہیں۔ بھارتی مصنفین نے اسے Cyadonia Oblonga بتایا ہے۔ جو کہ غلط ہے۔ باغ جناح لاہور میں اس کے درخت ہیں۔ اور وہاں کے سپرنٹنڈنٹ سے ہم نے دریافت کیا اور پنجاب یونیورسٹی کے شعبہ نباتات سے تصدیق کے بعد

بہی کا صحیح نام Aegle Marmelos ہی ہے۔

بہی کا پھل پنجاب میں ستمبر سے فروری تک ملتا ہے۔ پکا ہوا پھل بڑا لذیذ اور شیریں ہوتا ہے۔ موسم کے بعد اس کا شہد میں مربہ بنا کر استعمال کیا جاسکتا ہے۔

کھجور کی افادیت

قرآن مجید نے کھجور کو کمزوری کی بہترین دوا قرار دیا ہے۔ نبی ﷺ کھجور کو شوق سے کھاتے۔ ان کو رات کو بھگو کر ان کا پانی پیتے تھے۔ حضرت عائشہؓ شادی سے پہلے بڑی کمزور تھیں۔ انہوں نے کھجور اور کھیرا کھایا تو جسم بھر گیا۔

نبی ﷺ نے کھجور کو جگر کے لیے تریاق بتایا ہے۔ فرماتے ہیں کہ جس روز کوئی شخص عجوہ کھجوریں کھائے۔ اس پر اس دن زہر بھی اثر نہ کرے گا۔

انہوں نے فرمایا کہ جس گھر میں کھجور نہ ہو وہ لوگ بھوکے ہیں۔ انہوں نے جب حضرت صفیہؓ سے شادی کا ولیمہ کیا تو کھجور' پنیر گھی اور جو سے حلوہ جسے حَیس کہتے تھے تیار کیا گیا۔ اسلامی لشکر کا راشن عام طور پر کھجور اور ستو پر مشتمل ہوتا تھا۔ اس راشن پر مجاہدین کی جسمانی قوتیں دوبالا ہو جاتی تھیں۔ انہوں نے نوزائیدہ بچوں کو کھجور کی گھٹی دی۔ اسے پیٹ کے کیڑوں کی دوا بتایا اور بتایا کہ کھجور کھانے سے قولنج کا درد رکتا ہے۔

دل کا دورہ اور کھجور سے علاج

دل کے دورے سے بچاؤ کے بارے میں ارشادات نبویؐ کی تفصیل میں جانے سے پہلے ہم ایک مریض کا حال بیان کرتے ہیں۔ جن کو دل کا دورہ پڑا۔ ان کی خوش قسمتی یہ تھی کہ ان کو نبی ﷺ جیسا معالج میسر آیا۔

دل کے دوروں کا علاج

حضرت سعد بن ابی وقاصؓ ان برگزیدہ صحابیوں میں سے تھے جن کو زندگی ہی میں جنت کی بشارت مل گئی تھی۔ رشتہ میں یہ نبی ﷺ کے ماموں تھے۔ غزوات میں بہادری اور

ثامت قدمی سے شامل رہتے تھے۔ ایک روز بیمار ہو گئے۔ اپنی روئیداد یوں بیان فرماتے ہیں۔

مرضت مرضا۔ اتانی رسول الله ﷺ فوضع یده بین ثدیی' حتی وجدت بردها علی فوادی۔ فقال انک رجل مفئود ائت الحارث بن کلدة' اخا ثقیف۔ فانه رجل یطیب' فلیاخذ سبع تمرات من عجوة المدینة فلیجا هن بنواهن ثم لیلدلک بهن۔

(ابو داؤد۔ مسند احمد۔ ابو نعیم۔ الحسن بن سفیان)۔

"میں بیمار ہوا۔ میری عیادت کو رسول اللہ ﷺ تشریف لائے۔ انہوں نے اپنا ہاتھ میرے کندھوں کے درمیان رکھا تو اس ہاتھ کی ٹھنڈک میری ساری چھاتی میں پھیل گئی۔ پھر فرمایا کہ اسے دل کا دورہ پڑا ہے۔ اسے حارث بن کلدہ کے پاس لے جاؤ جو ثقیف میں مطب کرتا ہے۔ حکیم کو چاہئے کہ وہ مدینہ کی سات عجوہ کھجوریں گٹھلیوں سمیت کوٹ کر اسے کھلائے۔"

کھجور کے فوائد کے بارے میں یہ حدیث بڑی اہمیت کی حامل ہے۔ کیونکہ طب کی تاریخ میں یہ پہلا موقع ہے کہ کسی مریض کے دل کے دورہ کی تشخیص کی گئی۔ اس کی روایت عام طور پر مجاہد کے ذریعہ ہے۔ علاؤالدین الھندی نے کنزالعمال میں اسے مسند علیؓ۔ ذخیرہ الحسن بن سفیان اور ابو نعیم سے بھی اخذ کرنا بیان کیا ہے۔ جب کہ دوسرے محدثین اسے صرف ابو داؤد اور بیہقیؒ روایت کرتے ہیں۔

سعد بن ابی وقاصؓ کو دل کے دورہ کی وجہ سے چھاتی میں جو شدید درد تھا وہ نبی ﷺ کے دست مبارک کے لمس سے جاتا رہا اور انہوں نے اس کے ساتھ ایک خصوصی دعا بھی فرمائی۔ جسے احادیث میں اللھم اشف سعداً کی صورت میں بیان کیا گیا ہے۔

دل کے دورہ کے دوران چھاتی میں درد ہونا ایک اہم اور تکلیف دہ علامت ہے۔

حضرت سعدؓ کو دست شفاء میسر آ گیا۔ یہ بات متعدد واقعات سے معلوم ہوئی ہے کہ نبی ﷺ کے ہاتھ میں شفائی صلاحیت موجود تھی۔ اگر ان کا ہاتھ راستہ چلتے میں کسی پاگل کو بھی لگ گیا تو وہ تندرست ہو گیا۔

اس مریض کے معالجہ میں اہم ترین نکات یہ تھے۔

1- طب کی تاریخ میں دل کے دورہ کی پہلی مرتبہ تشخیص کی گئی۔

2- دست مبارک سے درد کا رفع ہو جانا ان کی ذاتی فضیلت تھی۔ جو کہ ان کے بعد کے لوگوں کو میسر نہیں آسکتی تھی اس کے لیے انہوں نے علاج تجویز فرمایا۔

3- دل کے علاج میں بارگاہ نبوتؐ میں متعدد ادویہ کا تذکرہ میسر ہے۔ لیکن اس مریض کے لیے انہوں نے ایک واضح اور آسان نسخہ تجویز فرمایا۔

4- ابتدائے آفرنیش سے لے کر آج تک دل کا کوئی مریض مکمل طور پر تندرست نہیں ہوا۔ لیکن یہ منفرد مریض تھے جو مکمل طور پر صحتیاب ہوئے۔

5- دل کے بائی پاس اپریشن کے بعد بھی مریض کو دورے کی تمام دوائیں مستقل کھانی پڑتی ہیں اور بڑی محتاط زندگی گزارنی پڑتی ہے۔ یہ وہ عظیم مریض ہیں جو دورے سے ایسے مکمل شفایاب ہوئے کہ کفار کے خلاف متعدد جنگیں لڑیں۔ ایران فتح کیا اور ایک شاندار جفاکشی سے پر زندگی گزاری۔ جب کہ ہمارے مریض سیڑھیاں بھی چڑھ نہیں سکتے۔

دل کے دورے کا یہ علاج ایک مثال ہے۔ مریض کو اس کے ساتھ ارشادات نبویؐ سے مزید استفادہ کرتے ہوئے اور چیزیں بھی دی جائیں تو شفا ایک یقینی امر ہے۔

باب 7

آیوور یدک کشتہ جات اور امریکن ویاگرا

بھارت کی آیوو ویدک طب میں کشتہ سازی ایک اہم تدبیر ہے۔ ان لوگوں کا خیال ہے کہ زہروں کا اگر کشتہ بنایا جائے تو وہ آسانی سے جسم پر اثرانداز ہو سکتی ہیں۔ کشتہ بنانے میں جزو عامل کو مختلف جوہروں کے ساتھ پکا کر آگ میں بھسم کر لیا جاتا ہے۔ ان کا خیال ہے کہ معدنیات کے بُرے اثرات زائل ہو جاتے ہیں۔ سنکھیا اور پارا کو اگر آگ دی جائے تو کھلی ہوا میں ان کے آکسائیڈ بن جاتے ہیں۔ کشتہ سازی کے دوران ان سے نکلنے والا دھواں اور برتن میں باقی رہ جانے والا سفوف پوری طرح زہریلے ہوتے ہیں۔ ان کو انسانی استعمال کے لیے محفوظ قرار نہیں دیا جا سکتا۔ انسانی جسم ان کو ایک حد تک برداشت کر سکتا ہے۔ پھر وہ زہریلے اثرات طاری کرتے ہیں۔ پاکستان کے اکثر نیم حکیم یہ کہتے سنے گئے ہیں کہ قلعی کا کشتہ ہر طرح سے محفوظ ہے۔ اور وہ کم عمر لڑکوں کو پیشاب کی بیماریوں میں قلعی کا کشتہ کھلاتے ہیں۔

قلعی معدنیات میں سے ہے۔ انسانی جسم اسے قبول نہیں کرتا۔ زمانہ قدیم میں طب جدید کے ماہرین بھی پھوڑے پھنسیوں کے لیے قلعی کی آکسائیڈ Tin Oxide کو Stanoxyl کے نام سے دیتے رہے ہیں۔ فائدہ تو خیر کیا ہوتا البتہ مریضوں کو ان کے سمیاتی اثرات سے خاصی تکلیف ہوتی رہی۔ اس لیے ترک کر دینا پڑا۔

امراض مخصوصہ کے ایک جرمن ماہر Paul Ehrlick نے 1930ء

میں آتشک کے علاج کے لیے سنکھیا کے نامیاتی مرکبات کو Trivalent اور Pentavalent اقسام میں تیار کیا جن کو 606 کا نام دیا گیا۔ شہرت یہ تھی کہ ان ادویہ سے اس جان لیوا اور اپاہج کر دینے والی بیماری کا مکمل علاج کیا جا سکتا تھا۔ پاکستان میں اس بیماری کے علاج کا سب سے بڑا مرکز میو ہسپتال لاہور میں تھا۔ اور مجھے اس شعبہ کا سربراہ ہونے کا کچھ عرصہ شرف حاصل رہا ہے۔ میں ہر سوموار اور بدھ کو 150 کے لگ بھگ مریضوں کو سنکھیا کے مرکبات کا ٹیکہ لگاتا تھا۔ اور ہر مرتبہ 15 -10 مریض ٹیکہ لگنے کے دوران بے ہوش ہو کر گر جاتے تھے۔ ٹیکہ لگانے سے پہلے اور اس کے بعد متعدد پیش بندیاں کی جاتی تھیں لیکن سنکھیا بہر حال ایک خطرناک زہر تھا۔ اور وہ جسم میں جانے کے بعد اپنی خباثت ترک کرنے پر آمادہ نہ کیا جا سکا۔

سنکھیا اور کونین انسانی جسم کے خلیات میں پائے جانے والے مخذمایہ یعنی Protoplasm کے لیے شدید زہر ہیں۔ یہ خون کی باریک نالیوں کے لیے Capillary poison کہلاتے ہیں۔ ان چھوٹی نالیوں کو مدد کرنے والے اثرات کی وجہ سے مریض کے چہرے پر سرخی آجاتی ہے۔ پرانے زمانے میں مملکت پیرو کے کسان اپنا رنگ لال کرنے کے لیے سنکھیا کھایا کرتے تھے۔ ہم نے اسے علاج میں استعمال کیا۔ لیکن کسی بھی طور سے اس کی جسم کے ساتھ نبھ نہ سکی۔ یہ خطرناک زہر ہے۔ دوران خون کو تباہ کر کے دل کے دورہ کا باعث بنتا ہے۔ ؟

طب قدیم کی مانند طب جدید میں بھی جنسی بیماریوں اور کمزوریوں کے لیے سمیات کا استعمال جاری رہا ہے۔ آج بھی سب سے مفید مقوی دوائی کچلہ قرار دی جاتی ہے۔ Metatone- Bayers Tonic- میں کچلہ اور اس کا جوہر Strychnine شامل رہے ہیں۔ مشہور مقوی دوائی B-G- Phos میں کچلہ کے ساتھ فاسفیٹ شامل تھے۔ اب کی

تحقیقات کے مطابق فاسفیٹ کی جملہ اقسام جسم کے لیے کسی بھی فائدہ کا باعث نہیں ہیں۔

جنوبی امریکہ میں ایک پودا Yohimbama Synvestra پایا جاتا ہے۔ اس کے پتوں کے مقوی اثرات مقامی لوگوں سے سن کر ڈاکٹروں نے اس سے Yohimbine نامی دوا تیار کی۔ جو اسی نام سے ملتی رہی ہے۔ اب بھی جرمنی کی بائیر کمپنی کی Juvenin نامی گولیاں اور ٹیکے اس مقصد کے لیے آتے ہیں۔ اس کے 1/8 گرین کے ٹیکہ سے مردوں میں جنسی ہیجان پیدا ہو جاتا تھا جو کہ 10 منٹ تک قائم رہتا تھا۔ اس ہیجان کے ساتھ مریض کو متلی، گھبراہٹ، بے قراری اور چکر آتے تھے۔ اکثریت کو اختلاج قلب بھی ہو جاتا تھا۔

ایک صاحب نے یوہمبین کا ٹیکہ لگوایا۔ وہ اپنے مقصد میں تو کامیاب ہو گئے۔ مگر اس کے بعد ان کو گھبراہٹ، بے چینی اور شدید اختلاج ہوا۔ وہ رات کو ایک بجے بائیسکل پر میو ہسپتال جانے کی کوشش میں نکلے لیکن راستے میں گر گئے۔ ایک جگہ انہوں نے حلق کی خشکی کو دور کرنے کے لیے گندی نالی سے پانی کے دو گھونٹ پیئے اور اس طرح وہ چائے کی ایک دکان تک آئے جہاں صاف پانی اور چائے پینے کے ایک گھنٹہ بعد ان تکلیف دہ اثرات سے نجات پائی۔

ان کا کہنا ہے کہ ان کا دل ڈوب رہا تھا اور اندیشہ تھا کہ حرکت قلب کسی وقت بھی بند ہو جائے گی۔

جنسی لذت حاصل کرنے کے لیے لوگ بڑی بڑی خطرناک حرکتیں کرتے آئے ہیں۔ ہندو دیو مالا کی کتاب "کام شاستر" میں لذت کے لیے خطرناک ادویہ کے علاوہ کچھ اپریشن بھی مرقوم ہیں۔ ان میں سے ہر اپریشن جسم کے لیے خطرناک اور عدم آباد پہنچا سکتا ہے۔

ویاگرا اور دل کا دورہ

امریکہ کے تین ڈاکٹروں نے جن میں ایک مصری مسلمان ناصر مراد بھی شامل تھا نے ایک ایسی دوائی تیار کی ہے جس کے استعمال سے جنسی اشتعال برپا ہو جاتا ہے۔ اسے امریکہ کی Pfizer Corp نے تیار کیا ہے اور امریکی حکومت کے محکمہ صحت نے انسانی استعمال کے لیے اجازت دے دی ہے۔

بیان کیا جاتا ہے کہ اس کے استعمال کے دس منٹ کے اندر ایسے افراد کو بھی اشتعال پیدا ہو جاتا ہے جو مدتوں سے جسمانی عوارض یا بڑھاپے کی وجہ سے ناکارہ ہو گئے تھے۔ دواساز ادارے نے اسی مضمون کو سامنے رکھ کر اپنی اشتہار بازی کی مہم شروع کی اور اب تک اسے بڑے شاندار انداز میں چلا رہے ہیں۔ وہ اپنی دوائی کی افادیت کو بالواسطہ طریقوں سے ایسی شہرت دے رہے ہیں کہ ہر شخص اس پر فریفتہ ہو رہا ہے۔

گوریلوں کی نسل کو بڑھانے کے لیے آسٹریلیا کے ایک چڑیا گھر نے 18000 ڈالر میں ایک نر گوریلا درآمد کیا۔ یہ گوریلا پانچ مادہ گوریلوں کے ساتھ چھ ماہ سے رہ رہا ہے۔ لیکن وہ ان سے ملتفت ہونے میں نہ آیا۔ چڑیا گھر کے ڈاکٹروں نے متعدد ادویہ کو استعمال کیا لیکن اس پر اثر نہ ہوا۔ اب فیصلہ کیا گیا کہ اسے "ویاگرا" دیا جائے۔

(روزنامہ "صحافت"۔ لاہور 24 نومبر 1998ء)۔

ایک روز خبر آئی کہ امریکہ کی بوڑھی عورتیں اپنے خاوندوں سے نالاں ہو گئی ہیں اور ان کی اکثریت اپنے بڑھاپے میں طلاق کی سوچ رہی ہے۔ ان کو شکایت ہے کہ ان کے خاوند "ویاگرا" کھا کر پھر سے جوان ہو گئے ہیں۔ اور ان کو ہر وقت تنگ کرتے رہتے ہیں۔

ان چیزوں سے کسی طبقہ کی رسوائی مراد نہ تھی۔ لیکن حال ہی میں اسلام آباد کے بارے میں خبر آئی کہ وہاں پر اسمبلی کے اجلاس کے دنوں میں "ویاگرا" کی قیمت بڑھ جاتی ہے۔ عید پر دودھ گوشت' پھل اور سبزیاں مہنگی ہو جاتی ہیں۔ رمضان میں گھی کی قیمت اس لیے بڑھ جاتی ہے کہ روزہ دار پراٹھے کھاتے ہیں۔ لیکن اسمبلی کے اجلاس کے دنوں میں "ویاگرا" کی قیمت بڑھنے والی بات ہمارے معزز قانون سازوں کے بارے میں افسوسناک الزام ہے۔ یہ صاحبان قومی معاملات کو طے کرنے اور قانون سازی کے لیے اسمبلی کے اجلاس پر اسلام آباد آتے ہیں۔ لیکن اس خبر سے یہ تاثر ملتا ہے کہ ان کا آنا جانا عیاشی کا حصہ ہے۔

"ویاگرا" کے مضر اثرات بڑے خطرناک ہیں۔ سعودی عرب میں چھ ماہ کے دوران اس کے استعمال کرنے والے کم از کم 49 افراد اندھے ہو گئے۔ متحدہ عرب امارات میں چھ ماہ کے دوران 138 افراد دل کے دورہ کی وجہ سے انتقال کر گئے۔ اور اس سارے علاقہ میں اس پر پابندی لگا دی گئی ہے۔ "ویاگرا" کی گولی کی مقررہ قیمت 10 ڈالر ہے۔ نیلے رنگ کی یہ گولی چند منٹ میں اثر کرتی اور اس کا اثر 6 گھنٹوں سے زیادہ رہتا ہے۔ دلی میں اس کی قیمت 20 - 15 ڈالر' پاکستان میں 2000 - 1500 روپے فی گولی ہے۔ چھ گھنٹوں کا طویل اثر انسانی اعصاب کے لیے غیر طبعی ہے۔ فضول اور خطرناک ہو سکتا ہے۔

امریکہ میں بھی "ویاگرا" کے استعمال سے خطرناک حادثات ہوئے ہیں۔ سرکاری اطلاعات کے مطابق کم از کم 1000 افراد کو دل کا دورہ پڑا۔ درجنوں اندھے ہو گئے۔

گولیاں بنانے والوں کا کہنا ہے کہ اگر ہزاروں میں سے چند کو کوئی تکلیف ہو جائے تو یہ کوئی بڑی بات نہیں ہے۔ مصیبت یہ ہے کہ گولی کھانے کا مقصد عیاشی کا منصوبہ ہے۔ مشرقی ممالک میں کوئی شخص بھی کسی تکلیف میں مبتلا ہونے کے بعد یہ ماننے پر تیار نہ ہو گا کہ

اس نے عیاشی کی نیت سے کوئی دوا کھائی تھی جس کے اثرات سے اس کی جان پر بن آئی ہے۔ اس لیے دوائی سے مرنے یا معذور ہونے والوں کی صحیح تعداد ابھی واضح نہیں۔ لیکن یہ بات طے ہے کہ اس قسم کی کوئی بھی دوائی دل کے دورہ کا باعث ہو سکتی ہے۔

طاقت کے ٹیکے اور دل کا دورہ

بیسویں صدی کی ابتداء میں ڈاکٹروں کو یہ معلوم ہو گیا تھا کہ جسم کے بہت سے عوامل کا باعث ہارمون ہیں۔ وقت کے ساتھ ساتھ Harmones کی متعدد قسمیں دریافت ہوئیں۔ کوئی جسم میں شکر کو قابو میں رکھتا تھا اور کوئی نشوونما کا ذمہ دار پایا گیا۔ اسی ضمن میں دماغ کے گلینڈ Pitmitary میں ایسے جوہر دریافت ہوئے جو جنسی سرگرمیوں پر اثرانداز ہوتے تھے۔ عورتوں میں رحم کے ساتھ بیضہ Ovary میں انڈے پیدا ہوتے پائے گئے۔ اور وہاں کے ہارمون خواتین کی جنسی سرگرمیوں مثلاً بلوغت، حیض، حمل، پر نگرانی کرتے دیکھے گئے۔

مردوں میں جنسی ہارمون فوطوں میں پیدا ہوتے ہیں۔ جب یہ پتہ چل گیا کہ وہ ہارمون کیسے کام کرتے ہیں اور جسم کے کس مقام پر وہ پیدا ہوتے ہیں تو یہ شوق پیدا ہوا کہ اس ہارمون کی مقدار میں اضافہ کر کے عیاشی کا سامان پیدا کیا جائے۔

اس سلسلہ میں روس کے ایک حیوانات کے ڈاکٹر وارانوف نے کوشش کی کہ ہارمون کی مقدار میں اضافہ کے لیے تخلیقی لحاظ سے انسان کے قریب ترین جانوروں (گوریلا، شمپانزی ممکن) کے فوطوں سے ہارمون پیدا کرنے والا حصہ تراش کر انسانوں میں اس کی قلم لگائی جائے۔ وارانوف کی قلم (Grafting) چھ ماہ کے قریب کام دیتی تھی لیکن اس نے 1930ء کے بعد بمبئی کا دورہ کیا اور وہاں کے مارواڑی سیٹھوں سے اس سستے زمانے میں جوانی کا مژدہ سنا کر لاکھوں بٹور لیے۔ دوبارہ وہ اس لیے نہ آسکا کہ اس کی آسامیاں پھر سے کمزور پڑ گئی تھیں اور شہرت خراب ہو گئی تھی۔

وارانوف کے فوراً بعد کیمیا دانوں سے مختلف جانوروں اور حاملہ گھوڑیوں کے پیشاب سے وہ جوہر آسانی سے حاصل کر لیے۔ پھر جرمن ڈاکٹروں نے مٹروں کے تیل سے وہ ہارمون لیبارٹری میں بنا لیے اور ان کی قیمت ہزاروں سے چند روپوں تک آ گئی۔ اس ہارمون کا کیمیاوی نام Testosterone تھا۔ لوگوں نے جی بھر کر اس کے ٹیکے لگوائے۔ کمزوری تو خیر کسی کسی کی ٹھیک ہوئی البتہ ان کے لگوانے سے بلڈ پریشر اور دل کے دورے خوب پڑے۔

میں میڈیکل کالج کی ابتدائی جماعتوں میں تھا۔ کہ ایک مذہبی رہنما نے مجھے اپنا برخوردار جان کر فرمائش کی کہ میں ان کے دل کی بیماری کا ٹیکہ لگا دیا کروں۔ میں ان کی فرمائش کو رد نہ کر سکا۔ لیکن وہ ٹیکہ جنسی کمزوری کے لیے ہارمون تھے۔ کچھ عرصہ کے بعد ان کا حرکت قلب بند ہونے سے انتقال ہو گیا۔

میرے ذاتی علم میں سینکڑوں ایسے افراد ہیں جنہوں نے ان ٹیکوں کا شعار بنایا اور بد قسمتی سے ان میں سے آج ایک بھی زندہ نہیں۔

جرمنی میں قیام کے دوران میں نے اس کے بنانے والوں سے بھی بات کی اور ان سے پوچھا کہ ان کے گاہک دل کی بیماری سے کیوں مرتے ہیں؟ ان کے ماہرین نے بتایا کہ ان ٹیکوں کا دل سے کوئی تعلق نہیں۔ لیکن جو بات میں نے خود دیکھی تھی اس کا کیا جواب ہے؟ اب علم الادویہ کی ایک امریکن کتاب سے پتہ چلا ان ٹیکوں سے جگر میں SGPT وغیرہ بڑھ جاتے ہیں۔ جو بعد میں دل کے دورے کا باعث بنتے ہیں۔

باب 8

دل کا دورہ اور مقویات

ستمبر 1998ء کے اخبارات میں ایک خبر شائع ہوئی۔

ایک نوجوان کی نئی نئی شادی ہوئی۔ اس کو مردمی کمزوری کا شبہ تھا۔ جس کے لیے وہ کسی نیم حکیم سے کوئی ٹیکہ لایا۔

نوجوان ٹیکہ اور سرنج لے کر غسل خانہ میں گھس گیا اور اپنے آپ کو ٹیکہ لگالیا۔ اس کے چند لمحوں بعد اس کی موت واقع ہو گئی۔

گھر والوں نے طویل انتظار کے بعد غسل خانہ کا دروازہ توڑا تو دیکھا کہ وہ مرا پڑا ہے۔ اور پاس ایک سرنج پڑی ہے۔

اسی خبر کی اشاعت کے چند روز بعد ایک اور نوجوان کی وفات کی اطلاع شائع ہوئی جس نے اپنی طاقت میں اضافہ کے لیے کسی نیم حکیم کا نسخہ استعمال کیا تھا۔

آیورویدک طب میں مردمی کمزوری کے علاج میں سنکھیا اور اسی قسم کے زہریلے مرکب استعمال میں رہے ہیں۔ کچھ کا تعلق پارا' سیسہ اور متعدد نباتاتی زہروں سے تھا۔ ان

کے لگاتار استعمال سے مریض کو ادویہ کے سمیاتی اثرات کے علاوہ دل کی نالیوں کی بندش سے دل کا دورہ پڑنے کے حادثات دیکھنے میں آتے رہے ہیں۔

دل کے ایک مریض کی روئیداد

مجھے کئی دنوں سے نیند کم آرہی تھی۔ دن کے وقت مجھے کمزوری' نقاہت' بھوک میں کمی' بیزاری محسوس ہوتے رہے۔ یہ سلسلہ دو دن جاری رہا پھر چکر آنے لگے۔ لیکن میں اپنے روزمرہ کے کاموں میں مصروف رہا۔ تیسرے دن جب صبح کی اذان کے بعد بیدار ہوا تو جسم میں اٹھنے کی سکت نہ تھی۔ متلی کے چکر آرہے تھے۔ گھر والوں نے دو بڑے چمچے شہد کو پانی میں گھول کر مجھے دیا۔ جس سے میں غسل خانے جانے کے قابل ہو سکا۔ معمولات اور نماز کے بعد ناشتہ کیا۔ اس دوران متلی جاری رہی اور چکر آتے رہے۔ پھر تے ہو گئی اور نقاہت میں شدید اضافہ ہوا۔

گردن کے پیچھے شدید درد تھا۔ کمزوری کے ساتھ پسینے آنے لگے تو میں نے محسوس کیا کہ معاملہ زیادہ خراب ہے۔ اس لیے میو ہسپتال کی ایمرجنسی میں لے جایا گیا۔ وہاں پر معائنہ اور دل کی ECG ہوئی اور بتایا کہ میرا دل تکلیف کی زد میں ہے۔

چونکہ میں انگریزی ادویہ سے نفرت کرتا ہوں اس لیے نسخہ لیے بغیر گھر آگیا۔ ان کی ہدایت پر مکمل آرام کیا اور دن میں 3 -2 مرتبہ بڑا چمچ شہد پیتا رہا۔ دن اور رات گزرے۔ بیماری میں نہ کوئی کمی آئی اور نہ ہی بڑھی۔

دل کے ایک بڑے ہسپتال میں ماہرین کے ساتھ میری

ذاتی واقفیت تھی۔ اس لیے اگلے دن وہاں گیا۔ ان لوگوں نے بڑی توجہ کے ساتھ میرا معائنہ کیااور مشورہ دیا کہ میں ہسپتال میں داخل ہو جاؤں۔ ECG میں دل کے افعال متاثر تھے۔ لیکن خون کے تمام ٹیسٹ نارمل آئے۔

میرے اصرار پر انہوں نے مجھے نسخہ لکھ دیا۔ بستر پر پڑے رہنے کی تاکید کی اور ایک ہفتہ کے دوبارہ معائنہ کے لیے آنے کو کہا۔

میرا بالواسطہ تعلق طب کے شعبہ سے ہے۔ اور ڈاکٹر خالد غزنوی صاحب سے اکثر ملاقات رہتی ہے۔ ان کو اپنے دل کی کجروی سے مطلع کیا۔ ان کی رائے بھی چند روز ہسپتال میں عارضی قیام کی تھی۔ لیکن میں اپنے خاندان میں دل کے دورہ کی دہشت پھیلا کر ان سب کو پریشان کرنے پر تیار نہ تھا۔ اس لیے مجھے میرے گھر میں اس طرح رکھا گیا جیسے کہ ہسپتال میں داخل ہوں۔

تکلیف کے تیسرے روز میں نے صبح کا ناشتہ جو کے دلیا سے کیا جس میں شہد ملایا گیا تھا۔ اس کے بعد دھو کر پانچ کھجوریں۔

نماز فجر کے ساتھ بڑا چمچ شہد پانی میں اور اسی طرح عصر کی نماز کے بعد شہد پیا گیا۔ عصر کے شہد کے ساتھ دو کھجوریں۔

ڈاکٹر صاحب کی خواہش تھی کہ کھجوروں کے ساتھ ان کی گٹھلیاں بھی کھائی جائیں۔ لیکن میرا خیال تھا کہ میرا دورہ زیادہ شدید نہیں۔ اس لیے دلیا، کھجوریں اور شہد ہی میرے لیے کافی ہوں گے اور اگر نہ ہوئے تو گٹھلیاں بعد میں شامل کر لیں گے۔

اس علاج کے ایک ہفتہ میں قے، متلی اور چکر ختم ہو گئے۔ جسم میں تھوڑی سی جان بھی آگئی۔ لیکن بازو میں درد بدستور رہا۔ سانس

پھولتا رہا۔

دل کے ڈاکٹر ہفتہ وار معائنہ کرتے رہے۔ اور میری صحت کو تندرستی کی جانب قرار دیتے رہے۔ ایک ماہ کے بعد ECG میں بھی بہتری آگئی۔ خون بار بار ٹیسٹ ہوا۔ چھاتی کے ایکسرے بھی نارمل تھے۔ اس لیے میں دہشت زدہ نہ تھا۔

میں ایک سال تک ہر ماہ ہسپتال جانا اور معمول کی پڑتال سے گزرتا رہا۔ سال کے بعد یہ فیصلہ ہوا کہ ECG میں معمولی سی کجی بدستور موجود ہے۔ لیکن یہ کجی بیماری کی موجودگی کی علامت نہ سمجھی گئی۔ بلکہ اس نشان کو دل کے عضلات میں زخم کے بھرنے کا نشان Healed Spot قرار دیا گیا۔

مجھے چکنائی' بسیار خوری اور ذہنی دباؤ سے پرہیز کرتے پورا سال گزر گیا تھا۔ اگرچہ دو ماہ بعد میں کام پر جانے لگا تھا۔ لیکن اپنے آپ کو تھکن سے بچا کر رکھتا تھا۔

ایک سال کے مسلسل علاج' پرہیز اور احتیاط کے بعد اب میں بفضلہٖ بالکل تندرست اور توانا ہوں۔ لیکن صبح ناشتہ میں جو کا دلیا' شہد ڈال کر باقاعدگی سے کھاتا ہوں۔ اور دلچسپ بات یہ ہے کہ میں نے اس پورے عرصہ میں کوئی دوائی نہیں کھائی۔

نوٹ :۔ اس مریض کی بیماری میں اہم ترین بات یہ ہے کہ دل کی بیماری سے بچنے کی جتنی بھی ترکیبیں بتائی جاتی ہیں' یہ ان پر عمل کرتے تھے۔ یہ سگریٹ نہیں پیتے۔ پیدل چلتے ہیں۔ دیسی گھی نہیں کھاتے۔ کسی دعوت میں بھی بسیار خوری نہیں کرتے۔ رات کو جلدی سوتے ہیں۔ باقاعدگی سے نماز پڑھتے ہیں اور کسی قسم کی بدچلنی کا کوئی شوق نہیں۔ میں حیران ہوں کہ ان کو دل کا دورہ پھر کیوں پڑا؟

بلڈ پریشر---فشار الدم

Hypertension

(بیش طناب)

(High Blood Pressure)

دل اپنی ہر حرکت پر 57-cc خون نالیوں میں داخل کرتا ہے- دل کے دھڑکنے کا عمل دو حصوں پر مشتمل ہے- پہلے یہ سکڑتا ہے- اور اس عمل کے دوران وہ خون کو ایک طرف سے جسم کے نظام دوران میں داخل کرتا ہے اور دوسری طرف سے گندے خون (Venous Blood) کی ایک مقدار پھیپھڑوں کو تازہ آکسیجن حاصل کرنے کے لیے روانہ کرتا ہے- اس کے بعد وہ تھوڑی دیر آرام کرتا ہے- دوسرے الفاظ میں وہ خون کو جسم اور پھیپھڑوں کی جانب روانہ کرنے کے بعد ایک مختصر عرصہ کے لیے اپنے آپ کو ڈھیلا چھوڑ دیتا ہے-

دل کے سکڑنے والی حرکت یا Pumping Action کو انقباض یا Systole کہتے ہیں- اور جب وہ اپنے آپ کو ڈھیلا چھوڑ دیتا ہے تو یہ کیفیت انبساط یا Diastole کہلاتی ہے-

دل کی ہر سکڑن پر اورطہ (Aorta) میں57cc خون داخل ہوتا ہے- اور اگر یہ دھڑکن ایک منٹ میں80 مرتبہ ہو تو وہ ہر ایک منٹ میں4560cc خون داخل کرتا ہے- دل کی ہر دھڑکن پر شریانوں میں خون کی ایک نئی مقدار داخل ہوتی ہے- نالیوں میں کچھ وسعت آجاتی ہے- کیونکہ ان میں پھیل جانے کی صلاحیت ہوتی ہے- یوں کہیے کہ ان میں پھیل جانے کی صلاحیت الاسٹک (Elastic) ہونے کی وجہ سے ہوتی ہے- نئے خون کو وصول کرنے کے بعد وسعت کی ایک لہر اور دل سے لے کر جسم کی آخری شریان تک پھیل جاتی ہے- شریانیں نئے خون کو موصول کرنے سے پھیلتی ہیں' ان کے پھیلاؤ کی لہر اگر ان پر ہاتھ رکھیں تو محسوس کی جاسکتی ہیں شریانوں میں پھیلاؤ کی چلتی ہوئی لہر کو نبض کہتے ہیں- اور یہ دل کی برآمدی نالیوں سے شروع ہو کر آخر تک محسوس کی جاسکتی ہے- اگر کسی جگہ پر کوئی شریان جلد کے نیچے واقع ہو تو لوگ اس سے دل کی دھڑکن کی رفتار اور اس کی قوت کا اندازہ کرسکتے ہیں- جیسے کہ کلائی کے جوڑ کے اوپر بازو میں- سر کے اطراف میں آنکھوں کے پیچھے' ٹخنوں کے اوپر اور گردن کے اطراف میں-

خون جب شریانوں میں داخل ہو جاتا ہے تو وہ ان کی دیواروں کو پھیلانے کے لیے ایک دباؤ ڈالتا ہے- اس دباؤ کو بلڈ پریشر کہتے ہیں- چونکہ جسم میں بھیجنے کے بعد دل ایک لحظہ آرام کرتا ہے- اس لیے نالیوں پر دباؤ دھڑکن اور آرام کے دوران مختلف ہوتا ہے- خون کی ہر نئی مقدار داخل ہونے کے بعد دھڑکن کی طاقت کی وجہ سے زیادہ دباؤ ڈالتی ہے- اس لیے یہ انقباضی یاSystolic Pressure عام طور پر پارہ کے ملی میٹر120 کے قریب ہوتا ہے- لحہ بھر میں نئی مقدار آگے چلی جاتی ہے اور دل کے عضلات آرام یا انبساط میں چلے جاتے ہیں- اس لیے انبساطی بلڈ پریشر انقباضی سے کم یعنی عام حالات میں پارہ کے80 ملی میٹر کے قریب ہوتا ہے-

بلڈ پریشر کے اس عمل کو سمجھنے کے بعد اس میں کمی یا زیادتی کے اسباب کو جاننا ایک منطقی عمل بھی بن سکتا ہے- **رفتار کا** بڑھ جانا جیسے کہPalpitation یا اختلاج قلب میں تو پریشر بڑھ جائے گا- خون کی ہر نئی مقدار کو آگے بھیجنے اور قبول کرنے کے لیے نالیوں کی پھیلنے

والی صلاحیت بروئے کار آتی ہے۔اگر شریانوں میں کوئی ایسی بیماری ہو جس سے ان کے پھیلاؤ میں کمی آجائے یا وہ سخت ہو جائیں تو پھیلاؤ پوری طرح نہ ہو سکے گا اور پریشر بڑھ جائے گا۔

ایک عام آدمی کے جسم میں 5 لیٹر کے قریب خون ہوتا ہے۔اس مقدار میں سے 1.5 لیٹر دل اور پھیپھڑوں میں گردش کرتا ہے۔بقایا 3.5 لیٹر جسم میں گردش کرتا ہے اور اس کی 60 فیصد مقدار وریدوں میں ہوتی ہے۔کیونکہ وہاں پر واپسی کے دوران خون کی رفتار کم ہوتی ہے اس لیے خون کی زیادہ مقدار وہاں پائی جاتی ہے۔

اگر خون کی مقدار میں اضافہ ہو جائے۔ جیسے کہ بلاوجہ خون لگوایا جائے تو گردش کرنے والے خون کی مقدار بڑھ جانے سے بلڈ پریشر میں اضافہ ہو جائے گا۔ آج کل گلوکوس کی بوتل ورید میں لگوانے کا بڑا رواج ہو رہا ہے۔سیال کی اضافی مقدار بلڈ پریشر کو بڑھانے کے باعث بنتی ہے۔اس کے برعکس اگر جسم سے خون بہہ جائے یا اسہال / ہیضہ کی بیماری یا آنتوں میں زخموں کی وجہ سے خون نکل جائے تو بلڈ پریشر میں کمی آجاتی ہے۔

دل کی رفتار دماغ کے مراکز۔دل میں دھڑکن اس کے اندر ایک مرکز کنٹرول کرتا ہے۔اگر یہ خراب ہو جائیں یا ذہنی دباؤ۔ گھبراہٹ 'ڈر' خوف' خوشی کی زیادتی میں رفتار کے بڑھنے سے پریشر بڑھ جاتا ہے۔

تندرست افراد کا بلڈ پریشر

برطانیہ میں بلڈ پریشر کو کنٹرول کرنے اور لوگوں کو اس سے بچانے کا ایک قومی ادارہ مصروفِ عمل ہے۔ اس ادارے نے 1993ء میں اس کی نوعیت کے بارے میں رپورٹ مرتب کی ہے۔جس کے مطابق اس کی درجہ بندی کی جاتی ہے۔

مشاہدات	Diastolic Pressure انبساطی دباؤ	Systolic Pressure انقباضی دباؤ	حالت

نارمل	130-mm یا اس سے کچھ کم	80 - 85 mm	ہر دو سال کے بعد دوبارہ چیک کیا جائے

معمولی	140 - 160	100 - 109	ہر دو ماہ کے بعد دیکھا جائے-
درمیانی درجہ کا	160 - 180	100 - 110	نگرانی میں رکھا جائے-ہر ماہ پریشر چیک کیا جائے
زیادہ	180 - 210	110 - 120	باقاعدہ علاج کیا جائے بلڈ پریشر ہر ماہ دیکھا جائے
بہت زیادہ	210یا زیادہ	120 سے زیادہ	مریض کو مسلسل نگہداشت اور فوری توجہ میں رکھا جائے-

عمر کے بڑھنے کے ساتھ خون کی نالیوں کے اندر بعض چیزیں جم جاتی ہیں جس سے ان کی وسعت میں کمی آجاتی ہے-ذیابیطس اور شریانوں کی بیماریوں اور عمر کی وجہ سے ان کا الاسٹک خراب ہو جاتا ہے-اور پھیل نہیں سکتیں-جس سے بلڈ پریشر میں اضافہ ہو جاتا ہے-

جسم سے پانی کا اخراج پسینہ اور گردوں کے ذریعہ ہوتا ہے- گردوں کی اکثر بیماریوں میں پریشر بڑھ جاتا ہے-

حمل میں گردوں پر اضافی بوجھ پڑتا ہے-اس میں بلڈ پریشر اکثر بڑھ جاتا ہے-لیکن بار بار کی زچگیوں' غذا کی کمی- جسمانی کمزوری سے کم بھی ہو سکتا ہے-بلڈ پریشر اگر100 سے کم یا60-100 ہو تو یہ تشویشناک صورت حال ہے اس پر توجہ دی جائے-

نیند سے بیدار ہونے کے فوراً بعد' دوپہر کو آرام کرنے' دن بھر کام کرنے' تھکن' جذباتی ہیجان' بھاگ دوڑ' ورزش' منشیات سے بلڈ پریشر پر اثر پڑتا ہے-اس لیے کسی کے ایک مرتبہ کے پریشر پر بھروسہ کرنے کی جائے مختلف اوقات میں آرام کرنے کے بعد پریشر لیا جائے-

بلڈ پریشر لینے کا طریقہ :

بلڈ پریشر لینا ایک آسان طریقہ ہے-ڈاکٹروں کے علاوہ نیم حکیموں کی دوکانوں پر بلڈ پریشر لینے والا آلہ نظر آتا ہے-وہ اپنے مریضوں کے پریشر بڑے اعتماد کے ساتھ لیتے اور ان کو بیماری کا "مژدہ" سناتے ہیں-

امریکہ سے ایک صاحب تشریف لائے-ان کی والدہ کو بلڈ پریشر کی شکایت تھی-وہ چاہتے تھے کہ بازار سے ایک عمدہ اور جدید آلہ خرید کر والدہ کے پاس چھوڑ جائیں-

وہ مجھے ساتھ لیتے ہوئے ایک بہت بڑی دوکان پر گئے-آلہ دیکھا بڑا شاندار تھا-اس میں خود کار بندوبست تھا اور سائرن کی سیٹی بج کر مریض کو پریشر سے آگاہ کرتی تھی-

آلہ کی کارگذاری چیک کرنے کے لیے میں نے ان کا بلڈ پریشر لیا- پریشر 130/95 تھا-ورائٹی دیکھنے کے لیے ایک دوسری دوکان پر گئے-آدھ کلو میٹر کا فاصلہ کار پر طے کیا گیا-دوسری دوکان پر تقریباً اسی قسم کا آلہ تھا-اس سے جوان کا بلڈ پریشر لیا گیا تو وہ 120/80 تھا- دس منٹ کے وقفہ سے ایک ہی شخص کے بلڈ پریشر میں اتنا فرق عام طور پر ایک معمہ تھا-

یہ ایک منفرد واقعہ نہیں-جس شخص کو اس منحوس بیماری کا ایک مرتبہ وہم لگ جائے وہ جگہ جگہ پریشر دکھاتا پھرتا ہے اور ہر جگہ سے نت نیا پریشر پا کر پریشان ہوتا رہتا ہے-

ذہنی دباؤ' تفکرات اور پریشانیاں بلڈ پریشر پیدا کرنے کا باعث ہوتے ہیں-ان کے ساتھ ہر مرتبہ پریشر میں زیادتی کی خبریں مریض کو مزید بے حال کر دیتی ہیں-

ہم نے ایک صاحب کو ایک مشہور بازار میں بھیجا- پندرہ منٹ کے
دوران انہوں نے تین مختلف دوکانوں سے اپنا بلڈ پریشر چیک کروایا-
تینوں جگہ سے مختلف اعداد موصول ہوئے-

ایک دفعہ جب یہ طے ہو جائے کہ کسی کا پریشر زیادہ ہے تو اسے علاج پر توجہ دیتے ہوئے اس بات کو بھولنے کی کوشش کرنی چاہیے-اسے بار بار چیک کروانا ذہنی بوجھ میں اضافہ کا باعث ہوتا ہے-

بلڈ پریشر لینے کے لیے بازار میں اور ڈاکٹروں کے یہاں جس آلہ کو عام طور پر استعمال کیا جاتا ہے-اس میں ایک گھڑی لگی ہوتی ہے-جس کی سوئی پریشر کا پتہ دیتی ہے-یہ آلہ عام طور پر جاپان' چین اور کوریا سے آتا ہے-عام قیمت تو125روپے ہے-لیکن دوکاندار اپنے منافع اور مہنگ فروشی کے شوق میں300-200روپے وصول کرتے ہیں-

گھڑی والے اس آلہ کے اندر سپرنگ یا کمانی لگی ہوتی ہے-جو اس کی سوئی کو پریشر کے مطابق چلاتی ہے اس کمانی کے مسائل یہ ہیں :

☆...... بنانے والی کمپنی نے اچھا سپرنگ استعمال نہ کیا ہو-

☆...... کثرت استعمال سے سپرنگ کمزور پڑ گیا ہو-

☆...... اندرونی دباؤ میں خرابی پیدا ہو جاتی ہے-

کمانی یا سپرنگ سے چلنے والے تمام آلات کا پریشر اکثر غلط ہوتا ہے اس لیے ان سے حاصل ہونے والے نتائج مختلف اور غیر یقینی ہوتے ہیں-ان کو قیافہ لگانے کی حد تک استعمال کیا جانا چاہیے-ان پر بھروسہ کرنا یا مریض کی حالت کے بہتر یا بدتر ہونے کا پتہ چلانے کے لیے استعمال نہ کیا جائے-

پریشر کا احساس مصیبت اور دہشت کا باعث بنتا ہے- تفکرات' پریشانیوں' ہر وقت

کڑھنے کی عادات بلڈ پریشر کا باعث ہوتی ہیں۔ مریض جب بھی اپنا پریشر پھر سے چیک کرواتا ہے تو آلہ کے لگنے سے بہت پہلے ذہن پر دباؤ شروع ہو جاتا ہے۔ جب پریشر میں اضافہ سننے میں آتا ہے تو تشویش اور پریشانی مل کر ذہنی انتشار میں اضافہ کا باعث بنتے ہیں۔

ایسے مریض بھی دیکھے گئے ہیں جو اپنا پریشر ایک ہی دن میں کئی جگہ دکھاتے ہیں پھر ڈائری پر نوٹ کر کے اپنے لیے مستقل پریشانی کا سبب تلاش کر لیتے ہیں۔ ایسے مریض بھی دیکھے گئے جو پریشر دیکھنے کا آلہ خرید کر گھر میں رکھ لیتے ہیں۔ پھر فرصت کا ہر لمحہ اس کے ساتھ صرف ہوتا ہے۔

ایک عام آدمی کا بلڈ پریشر تندرستی کی حالت میں دن میں کئی مرتبہ اونچا نیچا ہوتا رہتا ہے۔ رات کو آرام کرنے کے بعد صبح کا پریشر کافی کم ہوتا ہے۔ پھر دن کے کام کاج' خوراک' آمدورفت اور اچھی بری باتیں سننے کے بعد پریشر میں حالات کے مطابق اضافہ ہوتا رہتا ہے۔ معمول کی ان تبدیلیوں کو سامنے رکھا جائے تو گھبراہٹ کے کچھ اسباب کم ہو جائیں۔

بلڈ پریشر ہمیشہ پارہ سے چلنے والے آلہ کی مدد سے دیکھا جانا چاہیے اور اسے دکھانے سے پہلے مریض 10 منٹ آرام سے بیٹھ جائے۔ اگر لیٹنے کی گنجائش ہو تو 5 منٹ کافی ہیں۔

بلڈ پریشر پر اثر انداز جسمانی عوامل

کہا جاتا ہے کہ بلڈ پریشر خاندانی بیماری ہے۔ ایک ہی خاندان کے متعدد افراد اس میں مبتلا دیکھے جاتے ہیں۔ اگر یہ کہا جائے کہ ان کے یہاں کے کھانے اور خوراک کا انداز بیماری پیدا کرتا ہے تو اسی خوراک پر ان کے یہاں کی اکثر خواتین تندرست پائی جاتی ہیں اور پریشر کا شکار اکثر اوقات مرد ہوتے ہیں۔

کچھ لوگوں نے شبہ ظاہر کیا ہے کہ نوزائیدہ بچوں کو دیکھ کر یا ان کو مسلسل مشاہدہ میں رکھنے کے بعد یہ اندازہ کیا جا سکتا ہے کہ بڑے ہو کر وہ بلڈ پریشر کے مریض بنیں گے۔ بچہ جب ذرا بڑا ہوتا ہے تو اس کا پریشر نارمل ہوتا ہے۔ لیکن وہ نارمل کی آخری حدود کے قریب

ہوتا ہے- جیسے کہ 90-130 کچھ عرصہ بعد پریشر میں اضافہ ہونے لگتا ہے اور وہ بلڈ پریشر کا باقاعدہ مریض بن جاتا ہے-

بچے کے بڑھنے کے ساتھ اس کا قد' وزن' اسباب خورد ونوش بھی اہم مقام رکھتے ہیں- بچے پر مسلسل نظر رکھنے کے باوجود 30-50 فیصدی مریضوں کا ابتدا سے ہی سراغ لگایا جاسکتا ہے- لیکن افسوس کا مقام یہ ہے کہ یہ جاننے کے باوجود کہ اس بچہ نے بڑے ہو کر بلڈ پریشر کا مریض بنتا ہے اس سے بچاؤ کا کوئی یقینی بندوبست نہیں کیا جاسکتا اور کہا جاتا ہے کہ ان کے اجسام میں پریشر میں مبتلا ہونے کے موروثی اثرات موجود تھے-

دل کی بیماریاں اور نمک

لوگ نمک کو ایک زمانے سے بلڈ پریشر کا سبب قرار دیتے آئے ہیں- خیال کیا جاتا تھا کہ پریشر کو بڑھانے میں چکنائیاں اور نمک بڑا اہم مقام رکھتے ہیں- اس لیے جن ممالک میں نمک زیادہ کھایا جاتا ہے- وہاں کے لوگوں کو بلڈ پریشر' فالج اور ادھرنگ وغیرہ زیادہ ہوتے ہیں- جیسے کہ جاپانی مچھلی زیادہ کھاتے ہیں- سمندری مچھلی میں نمک زیادہ ہونے کے باعث ان کو بلڈ پریشر اور اس سے پیدا ہونے والے مسائل زیادہ ہوتے ہیں- جبکہ ایمزان کی وادی اور بعض افریقی ممالک کے لوگ نمک کم کھاتے ہیں اور ان کے یہاں بلڈ پریشر کی بیماری کم ہوتی ہے-

بلڈ پریشر کا نمک سے تعلق ثابت کرنے میں اکثر ماہرین نے مریضوں کے پیشاب کی روزانہ مقدار جمع کر کے اس میں نمک کی مقدار کا پتہ چلایا- انہوں نے یہ معلوم کیا کہ ایک شخص نے روزانہ کتنا نمک کھایا اور کتنا پیشاب کے راستے خارج ہوا- پورا نمک خارج نہ کرنے میں گردوں کی کارگذاری کو بھی دخل ہے- گردے اپنے یہاں سے گردش کرنے والے خون سے بعض غیر مطلوبہ عناصر کو باہر نکال کر پیشاب کے راستے خارج کر دیتے ہیں- اس عمل کے لیے ان پر جسم کے متعدد غدودوں خاص طور پر Pituitary-Suprarenal Glands کا بھی اثر ہوتا ہے- مثال کے طور پر خون میں 140mg کے قریب گلوکوس ہوتا

ہے۔ لیکن وہ اس اعتدال کی صورت میں پیشاب کے راستے خارج نہیں کرتے۔ البتہ اس مقدار میں جب اضافہ ہو جائے تو وہ اوپر سے آنے والی ہدایات کی تعمیل میں اسے پیشاب کے راستے خارج کرتے ہیں۔

اس طرح گردے نمک کی جس مقدار کو خارج کرتے ہیں وہ جسمانی ضروریات اور غدودوں کے اثرات کے باعث ہوتے ہیں۔

ایسا معلوم ہوتا ہے کہ ان ماہرین کو جسم کی بنیادی فعالیت یا Physiology سے واقفیت نہ تھی۔ اگر جاپان میں مچھلی کھائی جاتی ہے تو پاکستان میں سندھ اور بلوچستان کے ساحلی علاقوں کے لوگ، بنگلہ دیش، انڈونیشیا، مالدیپ، مشرقی سعودی عرب اور متحدہ عرب امارات میں بھی مچھلی ہی روزمرہ کی غذا ہے۔ لیکن ان تمام علاقوں میں بلڈ پریشر کی بیماری عام نہیں ہے۔

یہ ایک مسلمہ حقیقت ہے کہ مچھلی کا گوشت دل کی بیماریوں سے بچاؤ کا ایک معقول ذریعہ ہے۔ اس لیے مچھلی کھانے والی ایک قوم کی مثال سامنے رکھ کر نمکیاتی اجزاء کی کثرت کے باعث اسے بلڈ پریشر کا باعث قرار نہیں دیا جا سکتا۔ گوتھن برگ میں پچاس سال کی عمر کے لوگوں پر تحقیقات کا ایک طویل سلسلہ ہوا۔ پھر سکاٹ لینڈ کے ماہرین نے نمک کے اخراج کی مقدار اور بلڈ پریشر کے درمیان کسی تعلق کے بارے میں یہ فیصلہ کیا کہ نمک کا اس معاملہ سے کوئی تعلق نہیں۔

حال ہی میں امریکہ میں National Health & Nutrition Survey کے دوسرے تحقیقاتی مشاہدے میں نمک کا بلڈ پریشر سے کوئی تعلق ثابت نہ ہوا۔

یہ حقیقت ہے کہ مریضوں کی خوراک میں نمک کو بالکل بند کر دینے سے اکثر مریضوں کو فائدہ ہوتا ہے۔ مریضوں کو کھانے میں نقلی نمک (Salt Substitute) دیا جاتا رہا ہے۔ کھانے والے نمک کی مقدار تو کم کی جا سکتی ہے۔ لیکن مختلف کھانوں گوشت اور سبزیوں میں بھی نمک کی معمولی مقدار شامل ہوتی ہے۔ ان پر بھی پابندی لگا دی جائے تو مریض کی جان عذاب میں آجاتی ہے۔ مریضوں کی اکثریت ایسے پرہیز پر تیار نہیں ہوتی

دوسری طرف ڈاکٹر واڈزنے یہ معلوم کیا ہے کہ بلڈ پریشر کے مریضوں کے گردے خراب ہوتے ہیں اور وہ نمک کا صحیح اخراج ہی نہیں کرتے۔

ہر خاندان کا کھانے پینے کا اپنا اسلوب ہوتا ہے اگر ہم نمک کے استعمال اور خوراک کی ماہیت کو بلڈ پریشر کا باعث قرار دیں تو پریشر کی زیادتی ہر اس شخص میں ہونی چاہیے جو اس خوراک کا استعمال کرتا ہے۔ جبکہ دیکھنے میں ایسا نہیں ہوتا۔ بعض ماہرین نے چوہوں پر تجربات میں پریشر اور نمک کے درمیان تعلق ثابت کرنے کی کوشش کی تو چوہوں کی ایک نسل بھی معرض وجود میں آگئی۔ اس نسل کو اگر نمک نہ کھلایا جاتا تو پریشر بڑھ جاتا تھا۔ جبکہ نمک کھانے سے ان کا پریشر کم ہو جاتا تھا۔

ماہرین نے نمک کے بارے میں جو کچھ کہا یا سوچا اس میں وہ استوائی علاقوں کے رہنے والوں کو فراموش کر گئے۔ جنوبی پاکستان، خلیج فارس کے علاقوں اور سعودی عرب کے رہنے والوں کو پسینہ آتا ہے۔ ایک عام آدمی کو تقریباً 1500cc روزانہ پسینہ آتا ہے جبکہ وہ اتنی ہی مقدار میں پیشاب بھی خارج کرتا ہے۔ گرم ممالک میں کام کرنے والے امریکن فضائیہ کے ہر کارکن کو 0.5gm نمک کی گولی روزانہ کھلائی جاتی ہے۔ ان علاقوں میں رہنے والے اگر نمک کی اضافی مقدار نہ کھائیں تو ان کو Sunstroke کا جان لیوا حملہ ہو سکتا ہے۔

اسلام اور نمک:

طب جدید میں ایک عرصہ سے بحث چلی آرہی ہے کہ بلڈ پریشر اور دل کے مریضوں کی غذا سے نمک خارج کر دیا جائے یا نہیں؟ کچھ لوگ کہتے ہیں کہ بالکل بند کرنا تو زیادتی ہے البتہ اسے کم کر دیا جائے۔

اس باب میں اسلام کا ایک واضح موقف ہے۔ حضرت انس بن مالکؓ روایت فرماتے ہیں کہ نبی اکرم ﷺ نے فرمایا:

سید ادا مکم الملح (ابن ماجہ)

(تمہارے سالنوں کا سردار نمک ہے۔)

محدثین نے نمک کو سالن کے ذائقہ کو درست کرنے والا قرار دیا ہے۔ حضرت عبداللہ بن عمرؓ روایت فرماتے ہیں کہ نبی اکرم ﷺ نے فرمایا:

ان الله انزل اربع برکات من السماء الی الارض' الحدید' والنار' والماء' والملح

(البغوی' فی التفسیر)

(اللہ تعالیٰ نے آسمان سے زمین پر چار برکتیں نازل فرمائی ہیں۔ لوہا' آگ' پانی اور نمک۔)

مسند البزاز میں حضرت سمرۃ بن جندبؓ سے روایت کی گئی ہے کہ تم کو لوگوں میں اس طرح مل جل کر شامل ہو جانا چاہیے جس طرح کہ کھانے میں نمک ہوتا ہے۔ کیونکہ نمک کے بغیر سالن کا ذائقہ درست نہیں ہوتا۔

ابن القیم نے قرار دیا ہے کہ نمک لوگوں کی خوراک کے علاوہ ان کے اجسام کی بھی اصلاح کرتا ہے۔ اس کو جس کسی چیز میں ملایا جائے۔ اس کی اصلاح کرتا ہے۔ جیسے کہ سونے اور چاندی کو بھی صاف کرنے کے لیے نمک شامل کیا جاتا ہے۔ کیونکہ وہ معدنیات کے علاوہ انسانی جسم سے بھی غلاظتوں کو دور کرتا ہے۔ اسے طاقت دیتا ہے۔ سوزش اور التہاب کو کم کرتا ہے۔ اور خارش کو دور کرتا ہے۔ اگر اسے آنکھوں میں لگایا جائے تو وہاں پر نمودار ہونے والے زائد گوشت (ناخونہ) میں فائدہ دیتا ہے۔ اس میں نمودار ہونے والی سوزشوں کو رفع کرتا ہے۔

البزاز کا مشاہدہ ہے کہ پیٹ میں پانی کے مریضوں کو کھلانے سے فائدہ ہوتا ہے۔ دانتوں پر ملا جانے سے مسوڑھوں کی سوزش کو دور کرتا اور دانتوں کو مضبوط کرتا ہے۔

طب جدید میں جسم میں اگر ورم ہو یا کسی جگہ پانی پڑ جائے تو نمک مضر ہوتا ہے۔

نبی اکرم ﷺ نے نمک کو آسمان سے نازل ہونے والی ایک رحمت قرار دیا اور اس کی افادیت پانی اور فولاد کے برابر بتائی گئی۔

ان مشاہدات اور فرموات کے بعد نمک کو خطرناک بیان کرنا درست نہیں ہو سکتا۔

چند سال پہلے دل بلڈ پریشر اور استسقاء کے مریضوں کے لیے نمک کو زہر کے برابر قرار دیا جاتا تھا۔ مریض کو نمک کے بغیر بدمزہ کھانا کھلایا جاتا اور وہ نمک جو کہ جسم میں پہلے سے موجود تھا اس کو نکالنے کے لیے پیشاب اور گولیوں کے علاوہ ایک دوائی Naclex دی جاتی تھی۔ جیسے کہ اس کے نام سے ظاہر ہے کہ یہ جسم سے Sodium Chloride (Nacl) کے اخراج کا باعث بنتی تھی۔

پوچھنے والی بات یہ ہے کہ نمک کی اتنی شدید پابندیوں کے بعد کتنے مریض تندرست ہوئے؟ اور کتنے ایسے تھے کہ وہ پریشر سے ہونے والی پیچیدگیوں سے محفوظ ہوتے؟

انگریزی دور کے جیل خانوں میں قیدیوں کو سزا دینے کے لیے جیل مینوئیل میں ایک خصوصی سزا Salt Diet مذکور تھی۔ اس کا مطلب یہ تھا کہ قیدی کو دیئے جانے والے ہر کھانے میں نمک کی زیادہ مقدار ڈال دی جائے۔ اس خوراک کو کھانا مشکل پھر شدید پیاس لگتی اور نہ کھائے تو بھوکوں مرے۔

گرم اور مرطوب ممالک میں رہنے والوں کو تندرست رہنے کے لیے بھی نمک کی ضرورت ہے۔ اگر وہ نمک نہ کھائیں تو چلنے پھرنے کے قابل بھی نہ ہو سکیں۔ یہ ایک حقیقت ہے کہ کلاہ گردہ Suprarenal glands کی بعض بے قاعدگیوں کے مریضوں کو اگر ایک چمچہ نمک اضافی طور پر دیا جائے تو بہت سی علامات ٹھیک ہو جاتی ہیں۔

یہ خوشی کی بات ہے کہ ہمارے ڈاکٹروں میں کچھ حقیقت پسندی پیدا ہو گئی ہے۔ اور انہوں نے مریضوں کو نمک سے مکمل اجتناب کی بجائے اس کی مقدار قدرے کم کرنے کا مشورہ دینا شروع کیا ہے۔ غالباً یہی فیصلہ درست بھی ہے۔

دلچسپ بات یہ ہے کہ نبی اکرم ﷺ نے جتنی غذائیں تجویز فرمائی ہیں ان سب میں سوڈیم کی مقدار بہت کم ہے۔ اور اس کی جگہ ان میں پوٹاشیم زیادہ ہوتا ہے۔

تغذیہ اور بلڈ پریشر

کافی اور سگریٹ :

کافی کا ایک پیالہ جس میں 200 ملی گرام کے قریب Caffeine ہوتی ہے بلڈ پریشر کو 10-8 ملی میٹر بڑھادیتا ہے۔

سگریٹ پینے سے بھی پریشر میں اضافہ ہوتا ہے۔لیکن یہ عارضی ہوتا ہے۔اگر کافی کے ساتھ سگریٹ پیا جائے تو پریشر میں ہونے والا اضافہ 5-2 گھنٹے رہتا ہے۔اگر کوئی شخص دن میں کئی مرتبہ کافی پیئے اور کئی سگریٹ پیئے تو اس کا پریشر اکثر اوقات بڑھا ہوا ہی نظر آئے گا۔

متعدد جائزوں میں سگریٹ پینے اور پریشر کے درمیان کوئی خاص تعلق معلوم نہیں ہوا۔لیکن خبیث نوعیت کے پریشر کے زیادہ مریض سگریٹ پینے والے ہی تھے۔ جبکہ اس بیماری کے بہت کم مریض سگریٹ نہیں پیتے تھے۔

مولانا ابوالکلامؒ آزاد نے غبار خاطر' میں اپنی مصروفیات کے بیان میں لکھا ہے کہ وہ ہر صبح سبز چائے کے چینی قہوہ کے ساتھ ترکی سگریٹ پیتے تھے۔ان کی یہ عادت نصف صدی سے زیادہ عرصہ جاری رہی۔

مولانا آزادؒ اکثر سفر میں رہتے تھے۔ناخوشگوار حالات۔ سفر اور ذہنی دباؤ میں رہتے تھے۔ان کے باوجود انہوں نے ایک لمبی تندرست اور دماغی طور پر قابل رشک زندگی گذاری۔

چائے کے نقصانات کافی سے کم ہیں۔

غذا میں کیلشیم :

ایک امریکی سروے میں معلوم ہوا کہ خوراک میں کیلشیم کی کم مقدار کھانے والوں کو بلڈ پریشر کا اندیشہ زیادہ ہوتا ہے۔

اب ایسے شواہد میسر آرہے ہیں جن کے مطابق کیلشیم کی زیادہ مقدار کو پریشر

بڑھانے اور دل کے دورہ کا سبب قرار دیا جا رہا ہے۔

لندن کے پروفیسر رابنسن نے خون کی نالیوں کی لچک پر کیلشیم کے برے اثرات کا مشاہدہ کرنے کے بعد اس کے نفوذ کو روکنے والی ادویہ تیار کیں۔ آج کل بلڈ پریشر کے علاج میں کیلشیم کے اثرات کو روکنے والی ادویہ بڑی مقبول ہیں۔ جبکہ دودھ میں کلسیم ضرور ہوتا ہے۔

غذا میں کیلشیم کی زیادہ مقدار ہو یا نہ ہو۔ ایک اختلافی مسئلہ بن گیا ہے۔

مرغن کھانے:

حیوانی ذرائع سے حاصل ہونے والی چکنائیاں' جیسے کہ گھی' مکھن' چربی آرام طلب افراد کی خون کی نالیوں میں جم کر ان کو تنگ یا ان کی لچک کو متاثر کرتے ہیں۔ نالیاں جب موٹی ہو جائیں تو پریشر میں اضافہ ایک لازمی نتیجہ ہے۔

پاکستان کے شمالی علاقوں کے لوگ جانوروں کی چربی شوق سے کھاتے ہیں۔ ان کے کھانے اسی میں پکتے ہیں۔ بالٹی گوشت جیسی مقبول صنف میں صرف نمک اور چربی ملائے جاتے ہیں۔ ان علاقوں میں بلڈ پریشر کی بیماری شہروں کی نسبت بہت کم ہے۔ وہ شاید اس لیے کہ یہ لوگ چلتے پھرتے اور جسمانی مشقت کرتے ہیں۔ موسم میں ٹھنڈک کے مقابلہ میں ان کے جسم کی چربی جل کر حرارت مہیا کرتی ہے۔

جانوروں کے گوشت میں چربی تہوں کے علاوہ گوشت کے ریشوں میں بھی پائی جاتی ہے۔ جس کی وجہ سے گھی کی زیادہ مقدار شامل نہ کرنے کے باوجود سالن میں چکنائی موجود ہوتی ہے۔ سور کے گوشت میں ایک بڑی طبی خرابی اس میں چربی کی زیادتی اور ریشوں میں چربی کی موجودگی ہے۔

پرندوں میں چربی علیحدہ سے پائی جاتی ہے۔ اگر کوئی نہ کھانا چاہے تو اسے نکال سکتا ہے۔ مچھلی کا وزن اگر دو کلو سے کم ہو تو اس میں چربی نہیں ہوتی۔

مناسپتی گھی میں تیل میں دانے پیدا کرنے کے لیے کیمیاوی عناصر شامل کیے جاتے

ہیں- یہ عناصر دل کے لیے مضر ہیں- اس لیے نباتاتی چکنائی کے استعمال کے لیے ان کا تیل مناسب ترین ذریعہ ہے-

ایک سروے میں بلڈ پریشر کے مریضوں کو کچھ عرصہ خالص "ویشنو" کھانا کھلایا گیا- ان کی غذا میں حیوانی ذریعہ سے حاصل ہونے والی کوئی چیز مثلاً گوشت، گھی، مکھن وغیرہ نہ تھے- ایک ماہ کے بعد دیکھا گیا کہ بلڈ پریشر میں صرف 5mm کی کمی آئی-

وہ لوگ جو چلتے پھرتے ہیں- جسمانی مشقت نہیں کرتے ان کو حیوانی ذرائع سے حاصل ہونے والی چکنائیاں نہ کھانی چاہئیں- لیکن نباتاتی ذرائع کے تیل بھی چکنائی ہیں البتہ وہ کم مضر ہیں-

نبی اکرم ﷺ گھی کو پسند کرتے تھے- لیکن اسے کبھی کبھار ہی استعمال فرمایا- دودھ پیتے وقت اس میں پانی ملا لیا کرتے تھے-

نباتاتی تیلوں میں سب سے عمدہ اور محفوظ زیتون کا تیل ہے- قرآن مجید نے اسے ایک مبارک درخت کا مبارک تیل قرار دیا- لیکن اس کی قیمت ؟

مانع حمل گولیاں : (Oral Contraceptives)

حمل کو روکنے والی گولیاں نسوانی غدودوں کے جوہروں سے تیار ہوتی ہیں- اب یہ بات ثابت ہو چکی ہے کہ باقاعدگی سے کھانے والی خواتین کو ان سے بلڈ پریشر ہو جاتا ہے- ان گولیوں کا خون کی نالیوں پر کوئی اثر نہیں ہوتا- اس کے باوجود یہ پریشر میں اضافہ کر سکتی ہیں-

مشاہدات سے معلوم ہوا کہ ہر سو میں سے 15 خواتین کے پریشر میں معمولی اضافہ ضرور ہو جاتا ہے- یہ اضافہ عام طور پر 15-10 ملی میٹر کی حد تک رہتا ہے- لیکن ایسی خواتین بھی دیکھی گئی ہے جن کے پریشر میں اضافہ معمول کی حد سے زیادہ ہوا اور ان کو گولیاں دینی بند کرنی پڑیں- 325 خواتین کو مسلسل پانچ سال تک مشاہدے میں رکھا گیا- ان میں سے اکثر کا پریشر 2 سال کے دوران بڑھتا گیا- 8 خواتین کے بالائی پریشر

(Systolic) میں 25 ملی میٹر کا اضافہ ہوا جبکہ نچلے (Diastolic) پریشر میں 35-24 کا اضافہ ہوا۔ اگر ان کا معمول کا پریشر 80-120 تھا تو وہ 105-155 ہو گیا۔

عام طور پر بلڈ پریشر میں اضافہ خون کی نالیوں کے الاسٹک کی خرابی یا ذہنی دباؤ سے ہوتا ہے۔ ان خواتین میں اضافہ کی کوئی خاص وجہ یا گولیوں کے اثرات کا صحیح مقام متعین نہیں ہو سکا۔۔۔۔۔ خیال کیا جاتا ہے کہ پریشر کی نگرانی کرنے والے جسمانی جوہر متاثر ہو کر اضافہ کا باعث بنتے ہیں۔

برطانیہ کے رائل کالج نے ان گولیوں کے نسخوں میں بعض تبدیلیاں کر کے بلڈ پریشر پر ان کے اثرات کو کم کرنے میں کامیابی حاصل کی ہے مگر یہ مشاہدہ ابھی تجرباتی دور میں ہے۔

عام طور پر 15 فیصدی خواتین کے پریشر میں اضافہ ہوتا ہے۔ اگر گولیوں کا استعمال بند کر دیا جائے تو اکثر خواتین کا پریشر چند ماہ میں نارمل ہو جاتا ہے۔ لیکن ایسی خواتین کی کمی بھی نہ تھی جن کے پریشر کو نارمل ہونے میں 18 ماہ تک کا عرصہ لگ گیا۔ اس لیے اگر کسی خاتون کے بلڈ پریشر میں اضافہ دیکھا جائے اور وہ مانع حمل گولیاں استعمال کر رہی ہو تو وہ گولیوں کا استعمال 18 ماہ کے لیے بند کر دے۔ عین ممکن ہے کہ گولیاں بند کرنے سے ہی اس کا پریشر اعتدال پر آجائے اور مزید کسی دوائی کی ضرورت نہ رہے۔

جن خواتین میں گولیاں کھانے کے بعد پریشر میں اضافہ پایا جاتا ہے ان کو دل کی بیماری اور فالج کے امکانات دوسری عورتوں سے زیادہ ہوتے ہیں۔ یہ بحث بھی جاری ہے کہ یہ گولیاں سرطان کا باعث بھی بن سکتی ہیں۔ لیکن کوئی واضح ثبوت میسر نہیں۔۔۔۔۔

ماحول اور موسم :

انگلستان میں لوگوں نے دیکھا کہ ایک عام تندرست آدمی کا بلڈ پریشر بھی موسم کے ساتھ تبدیل ہوتا رہتا ہے۔ پریشر میں یہ تبدیلی 20 ملی میٹر کے قریب رہی۔ بعض اجسام کو گرمی کا موسم پسند رہا اور جب سردی آئی تو ان کو ذہنی گھٹن محسوس ہوئی اور پریشر میں اضافہ

ہو گیا- یہ عین ممکن ہے کہ موسم کے بدلنے سے لوگوں کی عادات رہن سہن اور خوراک میں بھی فرق آتا ہو- ان کے آرام کے اوقات کم ہو جاتے ہوں یا زیادہ دیر تک کام کرتے رہنے کی وجہ سے ذہنی دباؤ- تھکن اور اعصابی تناؤ کی کیفیت پیدا ہو کر پریشر میں زیادتی یا کمی کا باعث بنتے ہوں-

ہمارے ممالک میں ڈاکٹروں کے پاس اس قسم کے فضول کاموں کے لیے وقت نہیں ہوتا- اس لیے کسی نے ایسے مشاہدات کرنا مناسب نہیں سمجھا-

یہ ایک مسلمہ حقیقت ہے کہ شور بلڈ پریشر میں اضافہ کرتا ہے- آس پاس میں شور ہو یا ہمسایہ سے آنے والی آوازیں بھی پریشر میں اضافہ یا بے آرامی پیدا کر سکتی ہیں-

اکثر بڑے شہروں میں دیکھا گیا ہے کہ لوگ خاموش اور پرسکون علاقوں میں رہنا زیادہ پسند کرتے ہیں- امریکہ میں اکثر لوگ شہروں سے دور دیہات میں رہتے ہیں- روزانہ صبح ریل گاڑی' بس یا کار میں کام پر آتے ہیں- فاصلہ زیادہ ہونے کے باوجود وہ آرام کی رات گذارنے کے لیے دن بھر آمدورفت کی خواری مول لیتے ہیں-

امریکہ میں ایک دوست ہر صبح اپنی فیکٹری تک جانے کے لیے 70 میل کا سفر کرتے تھے- جس کے لیے ان کو ڈیڑھ گھنٹہ جانے اور اتنا ہی وقت آنے میں لگتا تھا- یعنی وہ منہ اندھیرے روانہ ہوتے تھے اور اندھیرا پڑنے کے بعد ہی لوٹ کر آتے تھے-

وہ اس اضافی مشقت سے پریشان ہونے کی بجائے سکھ کی نیند سونے کے شوق میں خوش و خرم تھے-

لندن شہر میں مکانوں کے سب سے سستے کرائے پکاڈلی سرکس کے چوک کے گردونواح میں ہیں- جبکہ شہر سے دور پرسکون علاقوں میں کرائے دوگنے سے بھی زیادہ ہیں-

ان کو ڈاکٹروں نے بتایا ہے کہ شوروغل' ٹریفک کی آوازیں' گاڑیوں کی دھمک بے سکونی کے علاوہ بلڈ پریشر کا باعث بنتی ہے-

اس کے برعکس لاہور شہر کی اکثر باراتیں دلہن کو لے کر رات کے ایک بجے کے بعد آتی ہیں- بارات کے ساتھ باجے' بھنگڑوں کے علاوہ دھماکے دار پٹاخے اور پھٹنے والی ہوائیاں چلتی ہیں- فائرنگ بھی خوب ہوتی ہے-

دھوم دھڑکے سے گذرنے والا یہ جشن دو چار محلوں سے ضرور گذرتا ہے- کیا ان محلوں کے لوگ کسی کی ''خوشی'' کا شکار ہونے کے بعد آرام سے سو سکتے ہیں؟

اتفاق سے ہم نے لاہور کے پر ہجوم علاقوں میں رہنے والے شہریوں میں ڈیفنس' ماڈل ٹاؤن اور فیصل ٹاؤن کے رہنے والوں کی نسبت بہت کم بلڈ پریشر دیکھا ہے-

بلڈ پریشر کے اسباب:

اندازہ لگایا گیا ہے کہ امریکہ میں رہنے والے 5 کروڑ افراد بلڈ پریشر میں اضافہ کی بیماری میں مبتلا ہیں- جب کسی کا بلڈ پریشر 90-140 سے بڑھ جائے تو اسے اس بیماری کا شکار قرار دیا جاتا ہے-

امریکی ماہرین کو اس امر پر بڑی مسرت ہے کہ انہوں نے بلڈ پریشر سے پیدا ہونے والے مسائل یعنی دل کا دورہ' فالج اور گردوں کی خرابیوں میں ان کو مساعی سے 40 فیصدی تک کمی آ گئی ہے- یعنی وہ بیماری کی شدت کو قابو میں لانے میں کامیاب ہو گئے ہیں-

پریشر میں اضافہ کے اکثر اسباب کا پتہ چل چکا ہے- اس کے باوجود 95 فیصدی مریضوں میں کوئی سبب بھی نہیں ملتا- اس کیفیت کو بنیادی بلڈ پریشر یا Essential Hypertension کا نام دیا گیا ہے-

ابتداء غیر یقینی ہوتی ہے- کبھی کبھی پریشر بڑھتا ہوا نظر آتا ہے اور کبھی اعتدال پر نظر آتا ہے جذباتی کیفیات اور تھکن کے بعد بڑھتا ہے اور پھر کم بھی ہو جاتا ہے- 20 سال سے کم عمر نوجوانوں میں یہ نظر نہیں آتا- بلکہ یہ 55-25 سال کے متوسط عمر کے افراد کی بیماری ہے-

1- یہ بیماری عام طور پر موروثی ہوتی ہے-اور ایک ہی خاندان کے متعدد افراد اس میں مبتلا دیکھے جاتے ہیں-

2- نوجوانوں میں گھبراہٹ سے دل کی رفتار میں اضافہ (اختلاج قلب) محسوس ہوتا ہے- جس سے پریشر بڑھ جاتا ہے-

3- نفسیاتی اسباب میں پریشانیاں' ہر وقت جلتے رہنا اور تذبذب-

4- موٹاپا' اس میں بسیار خوری' آرام طلبی' چکنائیوں اور نمک کی زیادتی- مٹھاس اور چاول کا بکثرت استعمال-

5- شراب نوشی' اکثر شرابی بلڈ پریشر کے مریض ہوتے ہیں- بعض ماہرین کا خیال ہے کہ شراب پریشر میں اضافہ نہیں کرتی البتہ جب اسے چھوڑ دیا جائے تو اعصابی خلل کی وجہ سے پریشر میں اضافہ ہو جاتا ہے-

یہ توضیح بالکل غلط اور شراب کے جسم پر اثرات کی صورت حال کے برعکس ہے- شراب معدہ اور جگر کو براہ راست خراب کرتی ہے- الکحل اعصاب کے لیے مہلک ہے- یہ گردوں کو خراب کرتی ہے اور اس طرح مستقل بلڈ پریشر پیدا کرنے کا باعث ہوتی ہے-

چونکہ مغربی ممالک کے نام نہاد ماہرین خود شرابی ہوتے ہیں اس لیے وہ اپنی بد عادت کی صفائی پیش کرنے کی کوشش کرتے ہیں-

6- گردوں کی خرابیاں- گردوں کی سوزش ان کی نالیوں کا پھیلاؤ ذیابیطس ان کی خصوصی بیماریوں میں Polycystic kidney-glomerulo nephritis -Pyelo nephritis -Pyelitis Hydronephrosis- Prostatic enlargement -Urethral stricture- Urethral obstructions.

7- غدودوں کی خرابیاں- گردوں اور جسم میں دوسرے اعضاء کی پیوندکاری کے بعد پیوند کو جسم کے لیے قابل قبول بنانے کے لیے مریضوں کو کورٹی سون

CyclosPorin دی جاتی ہے۔ اس نوع کی تمام دوائیں پریشر میں اضافہ کے ساتھ ذیابیطس کا باعث بنتی ہیں۔ اس کے علاوہ کلاہ گردہ کی بیماریاں۔
Cushings Syndrome-Goitre Acromegaly اور ان کے کینسر پریشر کو ہمیشہ کے لیے بڑھا سکتے ہیں۔

8- معدنیات کا استعمال خاص طور پر سنکھیا' پارہ' تانبہ' سیسہ' ہڑتال' شنگرف کے کشتے یا ان ہی کے ڈاکٹری مرکبات کے علاوہ مانع حمل گولیاں۔

9- اکثر خواتین کو حمل کے دوران بلڈ پریشر ہو جاتا ہے۔ اس کے علاوہ پیشاب میں البیومن آتی ہے اور جسم پر ورم آجاتا ہے۔

10- سگریٹ پینا اس کے اہم اسباب میں سے ہے۔ اگرچہ سگریٹ پینے کے بعد پریشر میں اضافہ وقتی ہوتا ہے۔ لیکن اکثر ساتھ شراب یا کافی شامل ہوتی ہے اور یہ چیزیں مسلسل جاری رہیں تو اضافہ مستقل شکل اختیار کر لیتا ہے۔

علامات :

1- اکثر مریضوں کو بلڈ پریشر بڑھنے کی کوئی علامت محسوس نہیں ہوتی۔ اس کا پتہ کبھی اتفاقیہ پڑتال پر لگتا ہے۔ ایک دفعہ کا اضافہ کوئی اہمیت نہیں رکھتا۔

ایک خاتون ناک کے اپریشن کے سلسلہ میں ہسپتال میں داخل ہوئیں۔ اپریشن سے پانچ روز پہلے تک ان کا صبح' شام کا پریشر 80-120 ر ہا۔ جو کہ شاندار حد تک نارمل تھا۔

جب ان کو اپریشن تھیٹر میں لے جایا گیا تو پریشر 115-180 دیکھا گیا۔ سرجن نے اس وقت اپریشن سے انکار کر دیا۔

سرجن صاحب کو سمجھایا گیا کہ اضافہ اپریشن کی گھبراہٹ اور ذہنی دباؤ کی وجہ سے تھا ورنہ یہ تو مسلسل زیر مشاہدہ رہی ہیں۔

اگلے روز لواحقین نے سرجن صاحب کے گھر جا کر کچھ "خدمت" کی جس کے بعد ان کا اپریشن کر دیا گیا۔

اس اپریشن کے دس سال بعد تک پریشر حسب معمول 80-120 رہا تو دلچسپ بات یہ ہے کہ ان کی اب عمر 75 سال ہے۔

اس قسم کے وقتی اضافے ہر شخص کے بلڈ پریشر میں ہوتے رہتے ہیں۔

-2 سر کے پچھلے حصہ میں درد ایک عام شکایت ہے۔ یہ درد صبح شروع ہوتا ہے پہلے سر بھاری ہوتا ہے اور ایسے لگتا ہے کہ سر میں کوئی چیز نبض کی مانند چلتی ہے۔ پھر درد بڑھتا ہے۔ لیکن دن کو کام کاج کے دوران کم ہونے لگتا ہے۔

-3 بیماری کی شدت کے مطابق مریض کے بلڈ پریشر میں اضافہ ہوتا ہے۔ مریض اگر سگریٹ پیتا ہے تو وہ تھوڑی دیر آرام کرنے کے علاوہ ایک گھنٹہ تک سگریٹ نہ پیئے۔ پریشر دن کے مختلف اوقات میں لیا جائے اور اس کے بعد اضافہ اگر مسلسل دیکھنے میں آئے تو یہ بیماری کی علامت قرار دیا جائے۔

پیچیدگیاں :

پریشر جب بڑھنے لگے یا کسی مریض میں نچلا 130mm سے بڑھ جائے اور بڑھتا رہے تو اس کی آنکھوں کی پچھلی سمت انحطاطی تبدیلیاں معرض وجود میں آتی ہیں۔ پیشاب میں لیومن آنے لگتی ہے۔ اگر اس خطرناک کیفیت کا فوری مداوا نہ کیا جائے تو چھ ماہ کے عرصہ میں موت واقع ہو جاتی ہے۔

پریشر کے بڑھنے کا اکثر پہلی مرتبہ سراغ بلاوجہ نکسیر پھوٹنے سے ہوتا ہے۔ کچھ مریضوں کو تھوک میں خون بھی آسکتا ہے یا خون کی قے بھی ہوتی ہے۔

نالیوں پر مسلسل دباؤ کی وجہ سے دل سے برآمد ہونے والی سب سے بڑی شریان اورطہ (Aorta) پھیل جاتی ہے۔ اس میں خم آجاتا ہے۔ کبھی نالی میں دراڑ بھی آسکتی ہے۔ یہ صورت

حال ان لوگوں میں زیادہ ہوتی ہے جن کی نالی میں چکنائیوں کے انجماد سے Atheroma کی بیماری ہویا ید چلنی کی وجہ سے آتشک کی بیماری نے اورطہ کو متاثر کیا ہے۔

اورطہ میں سوراخ یا دراڑ فوری موت کا باعث ہو سکتے ہیں۔ خون کی نالیوں کی وجہ سے دل پھیل جاتا ہے۔ ایکسرے کریں تو اس کی شکل بوٹ کی مانند ہوتی ہے۔

دل کو خون مہیا کرنے والی شریانوں Coronary Arteries میں مستقل یا عارضی رکاوٹ آکر Angina Pectoris کی بیماری ہو جاتی ہے۔

دل کے عضلات کمزور پڑنے اور پھیل جانے کی وجہ سے ٹھیک طرح کام کرنے کے قابل نہیں رہتے۔ دوران خون میں سستی اور پمپ کی کمزوری کی وجہ سے Congestive Heart Failure کی بیماری لاحق ہو جاتی ہے۔

دماغ کو جانے والی شریانوں میں دباؤ کی وجہ سے عام کارکردگی متاثر ہوتی ہے۔ دماغی خرابیوں کے علاوہ فالج ادھرنگ ہو سکتے ہیں۔ چھوٹی شریانیں پھٹ کر دماغ میں جریان خون یا Brain Heamorrahage ہو جاتے ہیں۔ ان میں سے اکثر بیماریاں جان لیوا ہیں۔

دل کا دورہ پڑ سکتا ہے۔

گردے متاثر ہو جائیں تو پیشاب میں پروٹین آتی ہے گردوں کی کارگذاری روز بروز خراب ہونے لگتی ہے۔ جس کی انتہا گردے فیل ہونے Renal Failure پر ہوتی ہے۔ جب گردے کام نہ کریں گے تو موت یقینی ہے۔

تشخیص:

بلڈ پریشر کے ایک عام مریض میں پریشر کی زیادتی کے علاوہ کوئی خاص چیز نظر نہیں آتی ابتداء میں تو کسی چیز کے مل جانے کی توقع نہیں ہوتی۔ لیکن بیماری جب گھر کر جائے اور جسم میں اپنی تخریب کاری شروع کر دے تو پھر مریض کے جسم میں پائی جانے والی تبدیلیوں سے آگاہی ضروری ہو جاتی ہے۔

کچھ مریضوں کو پریشر دوسری بیماریوں کی علامت کے طور پر ہوتا ہے۔اس لیے بیماری کی جڑ کو تلاش کرنا۔ایک اہم ضرورت ہے۔

1- مریض کا بلڈ پریشر پارہ والے آلہ سے متعدد بار تھوڑے آرام کے بعد لیا جائے۔اگر پریشر 90-140 سے زیادہ ہو تو پھر مرض کی طوالت اور مریض کی عام جسمانی حالت کو مد نظر رکھ کر اس کے جسم کے بارے میں مزید تفتیش ضروری ہو جاتی ہے۔

گردوں کا معائنہ :

2- پیشاب کا مکمل معائنہ ایک اہم ضرورت ہے۔ پریشر کی وجہ سے گردوں میں خرابیاں آجاتی ہیں۔یا گردوں کی بیماریاں پریشر کا باعث ہوتی ہیں۔

گردوں میں رکاوٹ' رسولیاں' پتھریاں' سوزش اور پھوڑے بھی پریشر میں اضافہ کا باعث بن سکتے ہیں۔اس سلسلے میں یہ طریقے استعمال کئے جاتے ہیں۔

: Sonography

پیٹ کا الٹرا ساؤنڈ کرنا ایک مفید اور آسان طریقہ ہے۔اس ترکیب سے گردوں کا حجم ان میں پتھر' ان کی نالیوں کا پھیلاؤ یا رکاوٹ دیکھے جا سکتے ہیں۔

ڈاکٹر حاجی محمد اشفاق ہمارے دوست ہیں اور ان کو اس فن پر دسترس حاصل ہے۔ ایک مریض کو ان کے پاس معائنہ کے لیے بھیجا گیا۔ان کی رپورٹ پیش خدمت ہے۔

CONCLUSION

(HYPERTROPHY)

- Senere Corieentic L.V. Hypertrophy
- Good L.V. Systolic function
- Normal Segmental analysis
- Normal colour flow
- Normal Valves

Severe L.V. hypertrophy.

Dr. M. ASHFAQ
M.B.B.S M.C.P.S.
M.Sc. (Glasg), F.I.C.A(U.S.A)

THIS ECO / DOPPLER STUDY WAS PERFORMED ON
GE RT 6800 COLOUR DPPLER SYSTEM.

اس رپورٹ کے مطابق ان کے دل کا بایاں بطن پھیل گیا۔ لیکن دل کی دھڑکن اور والو تندرست ہیں۔ یہ کیفیت بلڈ پریشر میں مسلسل اضافہ کی وجہ سے ہے۔ اس مریض کے لیے پروفیسر اشفاق صاحب کا نسخہ یہ رہا۔ اس مریض کو بلڈ پریشر کے ساتھ ذیابیطس بھی تھا۔

Dr. M. Ashfaq
M.B.B.S. (Pb) M.C.P.S. (Medicine)
M.Sc. (M.Phil) Cardiology, Glasgow
F.I.C.A. (U.S.A)

CLICNIC:-
HEART TEST CENTRE
JAIL ROAD (Near mental Hospital)
LAHORE.
PH: (042) 7573317, 7572936
RES : 7561725
FRIDAY CLINIC:-
MOBIN Diagnostic Centre
79 - Trust Plaza G.T. Road,
Gujranwala
Ph: (0431) 44223, 258378

ھوالشافی

Dated. 19 - 11- 96

Cardiologist
Mayo Hospital Lahore - Pakistan

مسز عبدالرحمان 60 سال

Tab Diabinese	DM- 15gr
1/2 گولی روزانہ	Ht
Tab Tanatril 5mg	bao cp - 2d
ایک گولی روزانہ	o/c N
Tab Cynt 0.2mg	BP 180/80
ایک گولی روزانہ	BS
Tab Ascard 75	Ecs LVH
ایک گولی روزانہ	ST-T
Tab Neuxam 0.5mg	Echo Severe
1/2 گولی صبح ایک شام	LvII
Tab Dayalets	
ایک گولی روزانہ	

اس بیماری کا اگر بروقت علاج نہ کیا جائے تو دل کے عضلات ڈھیلے پڑ جاتے ہیں اور پھر دل کے لیے خون کو خوش اسلوبی سے پمپ کرنا ممکن نہیں رہتا۔ دوران خون معطل ہو جاتا ہے۔ اور سقوط قلب کی ایک اذیت ناک بیماری Congestive Heart Failure شروع ہو جاتی ہے۔

ایکسرے :

چھاتی کا ایکسرے کرنے پر کوئی خاص چیز نظر نہیں آتی۔ لیکن بیماری اگر پرانی ہو جائے تو دل کی بائیں سمت یا بطن پھیل جاتی ہے دل سے بر آمد ہونے والی خون کی شریان اور طہ میں کمان کی طرح گولائی آجاتی ہے۔ دل کی اس شکل کو پیر کے بوٹ سے مشابہت ہوتی ہے۔ اس لیے اسے Boot Shaped Heart کہتے ہیں۔

جدید علاج

تعارف :

بلڈ پریشر کا ٹھیک سے کوئی علاج نہ تھا۔ یہ اعزاز ایک پاکستانی سائنس دان ڈاکٹر سلیم الزمانؒ صدیقی کو حاصل ہے کہ انہوں نے اس بیماری کا ایک جامع اور قابل اعتماد علاج دریافت کیا۔ ڈاکٹر سلیم الزمان صدیقی ایک باغ بہار و ہمہ جہت شخصیت کے مالک تھے۔ یہ شاعر تھے۔ ادیب تھے۔ فلسفی تھے۔ اسلامیات کے ماہر اور باعمل مسلمان تھے۔ مسلمان لڑکوں کو سائنس کی طرف راغب کرنے اور انہیں اس کی تعلیم کی سہولتیں مہیا کرنے میں انہوں نے کراچی یونیورسٹی کے ساتھ ایک شاندار انسٹی ٹیوٹ آف کیمسٹری ہوائی۔ بڑھاپے کی آخری حدود تک یہ وہاں جاکر ریسرچ کرواتے اور بچوں کو سکھاتے رہے۔

یہ جرمنی سے کیمسٹری میں D.sc کرنے کے بعد حکیم اجمل خانؒ کے دواخانہ اور طبیہ کالج دھلی کے ساتھ وابستہ ہوگئے۔ انہوں نے جدید سائنسی بنیادوں پر دیسی ادویہ پر ریسرچ کی اور یہ کام اب حکومت ہند دہلی، علیگڑھ اور لکھنو میں جاری کیے ہوتے ہے۔

خاکسار کو ان سے نیاز مندی کا فخر حاصل تھا۔ بلڈ پریشر کے علاج کے بارے میں

اپنی جدوجہد کی داستان سناتے ہوئے فرمایا۔

حکیم اجمل خاںؒ جنون' مراق اور ہسٹریا کے مریضوں کو چھوٹی چندن اور فلفل سیاہ بڑی افادیت سے دیا کرتے تھے۔ ان کے نسخے کی شہرت کو سامنے رکھ کر میں نے سوچا کہ بلڈ پریشر بھی ذہنی عوارض سے ہوتا ہے چھوٹی چندن پر ریسرچ شروع کی گئی۔ اس کے اجزاء تلاش کئے گئے لیکن کام کی کوئی چیز نہ ملی۔

ڈاکٹر صدیقیؒ کو حکیم اجمل خاںؒ نے اشارہ دیا کہ اسرول (چھوٹی چندن) کھانے سے مریض کی گھبراہٹ کم ہو جاتی ہے اور وہ بے سکونی سے نجات پاکر آرام سے سو جاتا ہے۔ ڈاکٹر صدیقی نے ان اشارات کو سامنے رکھ کر اسرول کا کیمیاوی تجزیہ شروع کیا لیکن مطلب کی کوئی چیز میسر نہ آئی۔ انہوں نے ہندوستان کے مختلف علاقوں سے اسرول کے پتے حاصل کرنے شروع کئے اور آخرکار صوبہ بہار کے مقدس مقام گیا سے حاصل ہونے والی اسرول کو جب سایہ میں خشک کیا گیا تو گوہر مراد ہاتھ آگیا۔ ابتدائی تجزیہ سے اسرول سے 19 ALKALOIDS حاصل ہوئے۔ جن میں ایک کا نام اپنے محسن حکیم صاحب کے نام کی مناسبت سے "اجملین" رکھا۔ اس کے علاوہ اس کے اجزاء عامل میں SERPINA-KHARSIN وغیرہ شامل تھے۔

ڈاکٹر سلیم الزماں صدیقی نے SERPASIL کے نام سے بلڈ پریشر کی پہلی معقول اور موثر دوا دریافت کی۔ انہوں نے اس کا نسخہ عام کر دیا۔ جو کوئی چاہے بنائے اور اس کا کوئی معاوضہ نہ لیا۔ آہستہ آہستہ یہ منکشف ہوا کہ SERPASIL کے مسلسل استعمال سے سرطان کا اندیشہ ہو سکتا ہے۔ اس لیے لوگوں نے اسے ترک کر دیا۔ اس کا ایک جزو KHARSIN اب بھی ایک موثر اور محفوظ دوا سمجھی جاتی ہے۔ ڈاکٹر صدیقی صاحب نے

ہمیں خود بتایا کہ KHARSIN جرمنی کی بوسیر نگر کمپنی بڑی مقبولیت کے ساتھ تیار کر رہی ہے۔ پتہ نہیں ہمارے ڈاکٹر اب تک اس سے کیوں احتیاط کر رہے ہیں۔

میں نے تلاش اور محنت جاری رکھی۔ پھر ہندوستان کے مختلف علاقوں سے اس پودے کے نمونے منگوائے کہ شاید آب و ہوا کے فرق سے کچھ سامنے آئے۔

آخر کار ہمیں صوبہ بہار سے گیا (بدھ مذہب کا مقدس مقام ہے) چندن کے کچھ پودے میسر آئے۔ ان کو چھاؤں میں سکھایا گیا اور کام بن گیا۔ میں نے Raufoli Ser-pentina نامی اس پودے سے 17 اہم اجزاء (Alkaloids) تلاش کیے۔

میں نے اجزاء کو Reserpine Kharsin اور مسیح الملک کے نام پر Ajmalin وغیرہ کے نام دیئے۔

ان میں سے اکثر الکلائیڈ بلڈ پریشر کی تمام اقسام کے لیے مفید تھے۔ ڈاکٹر سلیم الزمان صدیقی کی اس ایجاد سے طبی دنیا میں تہلکہ مچ گیا۔ دنیا کی ہر دواساز کمپنی نے اسے بنانا چاہا اور ڈاکٹر صدیقی نے انسانیت کی بھلائی کے لیے اپنا یہ نسخہ ان کو مفت دے دیا۔

1978ء میں ایک سائنسی کانفرنس کے سلسلہ میں چین سے علم الادویہ کے ماہرین بھی لاہور آئے ہوئے تھے۔ ان میں سے ایک پروفیسر سے میں نے پوچھا کہ کیا وہ ڈاکٹر صدیقی سے ملنا پسند کرے گا؟ وہ لوگ اشتیاق میں نہ صرف یہ کہ میرے پیچھے لگ گئے بلکہ ان میں سے اکثر کو ان کے تمام الکلائیڈ بھی یاد تھے۔

اس کی مشہور دوا Serpasil کے نام سے ملا کرتی تھی اور وہ ہر مریض کے علاج کا جزو لاینفک تھی۔ پھر لوگوں نے Serpin پر بعض اعتراضات کیے اور اس کا رواج جاتا رہا۔ ڈاکٹر صدیقی نے مجھے بتایا کہ اس پودے کا ایک اور الکلائیڈ Kharsin یورپ میں آج بھی بلڈ پریشر کی سب سے مقبول دوا ہے اور اسے جرمنی کی Boehringer کمپنی باقاعدہ مارکیٹ کرتی ہے۔

حکیم اجمل خاں نے چندن کے ذہنی اثرات کا مشاہدہ کیا اور وہی بلڈ پریشر کی ہر قسم

کے لیے تریاق نکلی۔ اسی قسم کا ایک مشاہدہ ہمارے ذاتی علم میں ہے۔ حکیم مفتی فضل الرحمانؒ نے ہسٹریا اور مراق میں افسنطین کا سفوف بڑی شہرت سے استعمال کیا۔ آج کل ان کا یہ نسخہ۔

جرمنی میں ڈاکٹر اسامہ عمر بڑی کامیابی کے ساتھ استعمال کر رہے ہیں۔ لوگ بتاتے ہیں کہ ان کے پاس جرمنی کے ہر گوشہ سے لوگ اس قدرتی علاج کے لیے آتے ہیں۔

طب جدید میں آج کل Coversyl Aldomet -Minipress اور Tenormin وغیرہ زیادہ مقبول ہیں۔ اس سلسلے میں ہم نے امراض قلب کے ایک معتبر مرکز سے رابطہ کیا۔ وہاں پر میو ہسپتال کے شعبہ امراض قلب کے رجسٹرار ڈاکٹر آفتاب احمد طارق مریض دیکھتے ہیں۔ ڈاکٹر آفتاب صاحب نے ہماری درخواست پر بلڈ پریشر کی مختلف حالتوں کے مریضوں کے لیے جو نسخے لکھے وہ پیش خدمت ہیں۔

یہ نسخہ ایک ایسے مریض کا ہے جسے صرف پریشر میں زیادتی ہے۔ اور کوئی پیچیدگی نہ پائی گئی۔

HEART CLINIC

Originised By:

The Heart Association Lahore

192 - Riwaz Garden, Lahore.

Name of Patient Ghulam Nabi Age 50 Sex Male

Tab. Tenormin 50mg

ایک گولی روزانہ

Aftab Ahmad.

چند دن کے علاج سے پریشر میں کمی آگئی۔ سر سے بوجھ اتر گیا ڈاکٹر صاحب کا مشورہ ہے کہ دوائی ساری عمر کھانی ہوگی۔

دوسرے مریض کو بلڈ پریشر کے ساتھ پیشاب میں شکر آنے کی تکلیف بھی تھی

اسے ذیابیطس کی بیماری کے لیے علیحدہ علاج اور پرہیز کی مستقل ضرورت رہے گی۔

HEART CLINIC

Originised By:

The Heart Association Lahore

192 - Riwaz Garden, Lahore.

Name of Patient Mehr-un-Nisa Age 55 Sex Female

Hypertension and Diabets aellities

Tab Renitec 10mg

ایک گولی روزانہ

Aftab ahmad

ایک صاحب کو بلڈ پریشر کے ساتھ دمہ کی بیماری بھی تھی۔ ایسے مریضوں کو بھاپ لینے والی دواؤں کے مسلسل اور بار بار کے استعمال سے بھی پریشر میں اضافہ ہو جاتا ہے۔

HEART CLINIC

Originised By:

The Heart Association Lahore

192 - Riwaz Garden, Lahore.

Name of Patient Mr. Khadim Age 52 Sex Male

Hypertension and Br. Asthma

Tab Calan SR -240

ایک گولی روزانہ

Aftab Ahmad

مریض کو بلڈ پریشر کے لیے اس دوائی کے ساتھ دمہ کا مناسب علاج علیحدہ سے دیا گیا ہے۔ بہتر محسوس کر رہا ہے۔ لیکن علاج ہمیشہ جاری رہے گا۔

ایک صاحب کو بلڈ پریشر کے ساتھ دل میں تکلیف تھی۔ عین ممکن ہے کہ پریشر سے لاپرواہی اور عدم علاج کے باعث اس نے دل کو متاثر کر دیا ہو۔ اس مریض کو پریشر اور دل کی تکلیف کے لیے ایک ہی نسخہ تجویز کیا گیا۔

HEART CLINIC

Organised By:

The Heart Association Lahore

192 - Riwaz Garden, Lahore.

Name of Patient ___Mr Rizwan___ Age ___55___ Sex ___Male___

Hypertension and Ischaemic Heart Diseas

1- Tab Isordil 5mg S/L

ایک گولی بوقت ضرورت زبان کے نیچے رکھیں

2- Tab Ismo - 20

ایک گولی صبح ایک شام

3. Tab Lopressor 100mg

ایک گولی روزانہ

4. Tab Dispirin 300mg

آدھی گولی روزانہ پانی میں حل کر کے ناشتہ کے بعد

علاج کی ضرورت اگرچہ تمام عمر رہے گی۔ لیکن ہر ماہ ڈاکٹر سے ملاقات کے ذریعہ صورت حال کا جائزہ ضروری ہے۔ حالات کے مطابق نسخہ میں تبدیلی ہوتی رہے گی۔

لاہور میں ہارٹ ایسوسی ایشن کے نام سے ایک رفاعی ادارہ کام کر رہا ہے۔ ریواز گارڈن کلینک میو ہسپتال کے شعبہ امراض قلب کے تعاون اور نگرانی میں چل رہا ہے۔

اس ادارہ نے دل کی مختلف بیماریوں کے بارے میں معلوماتی پمفلٹ بھی شائع کیے ہیں۔ بلڈ پریشر کے بارے میں ان کی ہدایات یہ ہیں۔

منجانب

The Heart Association

Main Gulberg Lahore

Voluntary Organization

for

Prevention of Heart Diseases

علاج :

ہائی بلڈ پریشر : جہاں اس قدر برے اثرات کا حامل ہے وہاں یہ بات خوش آئند ہے کہ اس کا مستقل اور کامیاب علاج ہر درجہ پر ممکن ہے۔ اور اگر اس کو شروع میں دبالیا جائے تو کافی حد تک مریض اس کے برے اثرات سے محفوظ رہ سکتا ہے۔

چند رہنما اصول اور تجاویز درج ذیل ہیں۔

1- علاج کے سلسلے میں سب سے ضروری بات اس کا ابتدائی درجہ پر تشخیص کرنا بہتر طریقہ سے علاج اور پرہیز کرنا ہے۔

2- علاج میں خوراک کے پرہیز کو سب سے زیادہ اہمیت دی جاتی ہے۔ تحقیق سے یہ بات سامنے آئی ہے کہ نمک کا استعمال بلڈ پریشر کو زیادہ کرتا ہے اس لیے نمک کا استعمال ممکن حد تک کم کر دیا جائے۔ چکنائی والے کھانوں سے اجتناب کیا جائے۔ بسیار خوری سے بچا جائے۔ موٹاپا کم کیا جائے۔ پانی زیادہ استعمال کیا جائے اور سگریٹ نوشی سے پرہیز پریشر کے لیے مفید ثابت ہوتا ہے۔

3- ذہنی تفکرات اور روزمرہ الجھنیں پریشر کو بڑھاتی ہیں۔

4- ادویات کا مسلسل استعمال اور کسی ماہر معالج کی زیر نگرانی بہتر علاج سے بہترین نتائج حاصل کیے جاسکتے ہیں۔

اکثر اوقات بلڈ پریشر کی بنیادی وجہ معلوم نہیں ہوپاتی اس لیے اس کا علاج تاحیات

کرنا پڑتا ہے۔

یونانی علاج

1- اطباء قدیم نے پریشر کی زیادتی میں اسر دل (چھوٹی چندن) کو مفید قرار دیا ہے۔ جدید تجربات اور ڈاکٹر سلیم الزمان صدیقی کے مشاہدات سے اس کی افادیت مسلمہ ہو گئی ہے۔ یہ مسکن اور پیشاب آور بھی ہے۔ اس کے ہمراہ کسی مسکن دوائی یا پیشاب آور کی ضرورت نہیں رہتی۔

اسے نصف سے ایک گرام کی مقدار میں مریض کی حالت کے مطابق دن میں 3-2 بار دیا جاتا ہے۔ کڑوی ہونے کے باعث کیپسول میں دی جا سکتی ہے۔ حکیم اجمل خاں نے اس کے ذائقہ اور افادیت کو یوں بہتر کیا ہے۔

اسر دل (دواء الشفاء) کو 120 ملی لیٹر عرق شیر اور 25 ملی لیٹر شربت عناب کے ساتھ دیا جائے۔

خواب آور کیفیت کو بڑھانے کے لیے ماء الشعیر کو خشخاش اور شربت خشخاش کے ہمراہ پکایا جا سکتا ہے۔

2- علاج الغرباء میں ایک مریض کو اس کیفیت کے دماغی اثرات کی صورت میں مریض کی فصد کھولی گئی اور اسے بکری کے دودھ میں خاکسی ملا کر پلایا گیا۔

3- مریض کی حدت کو دور کرنے کے لیے سب سے پہلے 5 گرام خمیرہ مروارید کھلایا جائے۔ پھر لعاب بہی دانہ' شیرہ عناب' شیرہ تخم کاہو' عرق گاؤزبان' عرق شاہترہ' شربت نیلوفر 27 ملی لیٹر 125 ملی لیٹر 22 ملی لیٹر ملا کر پلایا جائے۔

4- ملٹھی (چھلکا اتار کر) منقی' عناب' گل گاؤزبان ہر ایک 25 گرام۔ پر سیاؤشان' گل غافث 27 گرام فی مصطگی رومی 17 گرام ان تمام دواؤں کو پیس کر رات $6\frac{1}{4}$ لیٹر

پانی میں بھگو رکھیں۔ صبح ان کو پانی سمیت جوش دیں۔ پھر اتار کر مل کر صاف کر لیں۔

اس میں عصارہ سیب شیریں 1/4 لیٹر ملا کر 1/4 کلو چینی ملا کر شربت تیار کر لیں۔

اس شربت میں 70 ملی لیٹر تازہ پانی ملا کر صبح نہار منہ پیا جائے۔

5- طباشیر کبود، کشنیز خشک، صندل سفید، الائچی سبز، کہربا، زہر مہرہ خطائی، ہر ایک 60 گرام۔ نار جیل دریائی کشتہ عقیق، کشتہ مرجان، ورق نقرہ، ان ادویہ کو باریک پیس کر رکھ لیں۔ 3 گرام دوائی عرق شیر، عرق ماء الجبن (ہر ایک 72 ملی لیٹر) اور شربت صندل 36 ملی لیٹر کے ہمراہ روزانہ کھلائیں۔

6- صندل سفید 25 گرام کو عرق کیوڑہ 50 ملی لیٹر میں حل کر کے خشک کر لیں۔ پھر بادیان، کشنیز خشک، زہر مہرہ سفید، تخم کاسنی، تخم خرفہ ہر ایک 12 گرام۔ ان تمام کے ہم وزن مصری بھی پیس کر شامل کریں۔ 12 گرام دوائی ہمراہ عرق گاؤزبان استعمال کرائیں۔

پرہیز :

نمک کی کثرت، گوشت، مچھلی، اروی، باقلا، دال ماش و مسور، کرم کلہ، بینگن، شراب، تمباکو، مٹر، ہر وہ چیز جس میں سیاہی ہوتی ہے۔

غذائیں :

سبز ترکاریاں، گھیا، پالک، ٹینڈے، چقندر، خرفہ، پرول، چولائی، کدو، ککڑی، کاہو

وغیرہ بکری کے دودھ کی لسی' سیب' انناس کا مربہ' شلجم' گاجر' خربوزہ' تربوز' کھیرا' توت شریفہ' کشمش' بادام پستہ' چھوہارا استعمال کریں۔

یہ غذائیں حکیم محمد اعظم خاں اور حکیم اجمل خاںؒ صاحبان کی بیاضوں سے لی گئی ہیں۔ ان میں سے ہر چیز مفید اور مناسب ہے۔ البتہ بادام' پستہ اور ایک جگہ مذکور انڈے کی زردی پر کچھ شبہ ہے۔

طب نبویؐ

یہ ایک مسلمہ حقیقت ہے کہ بلڈ پریشر کے 95 فیصدی مریضوں میں بیماری کا کوئی خاص سبب معلوم نہیں ہوتا۔ تفکرات' نالیوں کی تنگی' گردوں کی خرابیوں سے لے کر کئی قسموں کے ہارمون اگرچہ موردالزام پائے گئے ہیں۔ لیکن کسی خاص مریض کے بارے میں آج بھی حتمی فیصلہ ممکن نہیں۔

عام طور مریض کو مسکن گولیاں Tranquilisers دی جاتی ہیں۔ اکثر مریض ان منشیات کے عادی ہو جاتے ہیں پھر وہ گولی کھائے بغیر سو بھی نہیں سکتے۔ خیال کیا جاتا ہے کہ یہ گولیاں اعصابی تناؤ کو دور کر دیتی ہیں۔ کچھ عرصہ استعمال کرنے کے بعد اگر اعصابی تناؤ ٹھیک ہو جائے تو یہ ٹھیک علاج ہوا۔ لیکن گولیاں تو عمر بھر کھانی پڑتی ہیں۔ مریض کو نشہ آور ادویہ کا عادی بنانا کوئی علاج نہیں۔

نبی اکرم ﷺ نے اس باب میں واضح پالیسی بیان فرمائی ہے۔

1- ہر وہ چیز جو نشہ دیتی ہے وہ حرام ہے۔ اس کی تھوڑی مقدار بھی حرام ہے۔ اور زیادہ بھی حرام ہے۔

2- ایک طبیب نے انگور کی شراب سے علاج کے بارے میں مشورہ چاہا تو ارشاد گرامی ہوا۔ "منشیات کسی بیماری کا علاج نہیں۔ یہ بذات خود بیماری ہیں۔"

"کسی حرام چیز میں شفا نہیں ہوتی۔"

نمونیہ کی شوزش ہو یا بلڈ پریشر کا اعصابی تناؤ۔ اسلام ہر جگہ شراب اور منشیات سے بہتر اور دیرپا حل رکھتا ہے۔

تفکرات' پریشانیاں اور ذہنی بوجھ :

یہ درست ہے کہ ان کو سکون آور گولیوں سے دبایا جاسکتا ہے مریض دو چار دنوں میں ہی بہتری محسوس کرتا ہے۔ لیکن مسائل تو اپنی جگہ موجود ہیں۔ گولیاں احساس کو کند کر دیتی ہیں لیکن پریشانی کو جوں کا توں رہنے دیتی ہیں۔

امراضِ قلب کے ساتھ ذہنی مسائل کا بڑا گہرا تعلق ہے۔ اس صورت حال کا جائزہ ایک مکمل باب کی صورت میں شامل ہے۔

قرآن مجید کا دعویٰ ہے کہ وہ شفا کا ذریعہ ہے۔ لیکن ان لوگوں کے لیے جو اس پر یقین رکھتے ہیں۔

وبشر الصابرین الذین اذا اصابتھم مصیبة قالو انا لله وانا الیه راجعون (البقرہ155)

وہ لوگ جو صبر کرتے ہیں اور جب ان کو کوئی مصیبت آتی ہے تو وہ یہ کہتے ہیں۔

انا للہ وانا الیہ راجعون

(جو کچھ بھی ہے وہ اللہ ہی کے لیے ہے اور ہم نے ایک دن اسی کی طرف لوٹ جانا ہے۔) ان کے لیے خوشخبری ہے اور ان پر اللہ کی طرف سے رحمتیں نازل ہوتی ہیں۔)

حضرت ام سلمہؓ روایت فرماتی ہیں کہ جس کسی نے اپنی تکلیف اور مصیبت میں یہ آیت پڑھی تو اللہ اس کے لیے اس سے بہتر بندوبست کر دیتا ہے۔ (مسلم)

قرآن مجید نے پریشانیوں اور پشیمانیوں کا ایک شاندار نفسیاتی حل یوں ارشاد فرمایا ہے :

لکیلا تاسوا علی مافاتکم ولا تفرحوا بما اتاکم (الحدید-22)

(جو مل گیا اس پر اتراؤ نہیں اور جو چلا گیا اس پر پچھتاؤ نہیں۔)

حضرت شیخ عبدالقادر جیلانیؒ نے اپنے بیٹے کو نصیحت کرتے ہوئے فرمایا تھا :

اے میرے فرزند! مصیبت تم کو ہلاک کرنے کے لیے نہیں آتی بلکہ یہ تمہارے صبر اور ایمان کا امتحان لینے کے لیے آتی ہے۔

قرآن مجید نے ایک اہم راستہ یہ بتایا ہے۔

واستعینوا بالصبر والصلٰوۃ (البقرہ-45)

(اللہ سے صبر اور نماز کے ذریعہ مدد مانگو۔)

حضرت اسماء بنت عمیسؓ روایت فرماتی ہیں :

قال لی رسول اللہ صلی اللہ علیہ وسلم: الا علمک کلمات تقولیھن عندالکرب' اوفی الکرب "اللہ ربی لاشرک بہ شیء"(ابوداؤد)

(ایک روز رسول اللہ ﷺ نے مجھے مخاطب کر کے فرمایا کہ میں تمہیں ایسے کلمات نہ سکھاؤں جن کو غم وفکر کی صورت میں پڑھا کرو۔ یہ ہیں۔ "اللہ ہمارا رب ہے اور ہم اس کے ساتھ کسی بھی صورت میں کسی اور کو شریک نہیں کرتے۔")

حضرت عبداللہ بن عباسؓ کہتے ہیں کہ نبی اکرم ﷺ نے فرمایا:

من لزم الاستغفار جعل اللہ لہ من کل ھم فرجا' من کل ضیق مخرجا' ورزقہ من حیث لایحتسب (ابوداؤد)

(جس کسی نے اپنے اوپر 'استغفار' کو لازم کر لیا۔ یعنی وہ اسے بار بار پڑھتا رہا۔ اللہ تعالیٰ اس کو غموں سے نجات دیتا ہے۔ ہر تنگی سے وسعت دیتا ہے۔ اور اسے ایسی ایسی جگہوں سے رزق دیتا ہے۔ جس کے بارے میں اسے گمان بھی نہ ہو۔)

ایسے کئی مریض دیکھے گئے ہیں جو نماز بھی پڑھتے ہیں اور ان کو بلڈ پریشر بھی ہے۔ قرآن مجید نے نماز کو غم' فکر اور پریشانی سے نجات کا ذریعہ قرار دیا ہے۔ اس کے باوجود ذہنی دباؤ سے اگر کوئی مسئلہ پیدا ہو تو مریض کو اپنی نماز پر خصوصی توجہ دینی چاہیے اور جو نہیں

پڑھتے ان کو نیند کی گولیوں کی جائے اپنا تعلق اپنے رب سے مربوط کرنا چاہیے کیونکہ :

"اللہ کا ذکر دلوں کو اطمینان دیتا ہے۔"

علاج :

بلڈ پریشر پیدا کرنے میں خون کی نالیوں کی وسعت ایک اہم مسئلہ ہوتی ہے۔ کہتے ہیں کہ آرام طلب زندگی گذارنے والوں اور بسیار خوری کرنے والوں کی نالیوں کے اندر چربی کی تہیں جم جاتی ہیں۔ خون میں چکنائیوں کی قسم Cholestrol بڑھ کر نالیوں کے اندر جم جاتی ہے اور نالیاں تنگ ہونے کے علاوہ لچک سے محروم ہو جاتی ہیں۔

دورِ حاضر میں دل کے مریضوں کے لیے کولیسٹرول کی موجودگی اچھی خاصی دہشت کا مظہر بن چکی ہے۔ جو تندرست ہیں وہ اس کو کم کرنے کی کوشش میں مصروف ہیں اور جو بیمار ہیں ان کو غذائی پابندیوں کے ساتھ کولیسٹرول کو کم کرنے والی ادویہ پر رکھا جاتا ہے۔

عام طور پر دیکھا گیا ہے کہ مریضوں اور کولیسٹرول کی مقدار میں کمی بیشی آنکھ مچولی کی شکل اختیار کر لیتی ہے۔

حضرت عائشہ صدیقہؓ کے گھر میں جب کوئی وفات ہو جاتی اور خواتین دن بھر تعزیت کے لیے آتی رہتی تھیں تو گھر کی عورتیں شام تک نڈھال ہو جاتی تھیں۔ لوگوں کے جانے کے بعد وہ اہل خانہ کے لیے ثرید (شوربہ میں روٹی توڑ کر ڈالی گئی) تیار کروانے کے بعد اس کے اوپر تلبینہ ڈلوا دیتی تھیں اور فرمایا کرتی تھیں کہ اسے کھاؤ کیونکہ میں نے رسول اکرم ﷺ کو فرماتے سنا ہے :

التلبينة مجمة لفواد المريض تذهب ببعض الحزن (بخاری، مسلم)

(تلبینہ دل کے جملہ مسائل کا حل ہے۔ یہ مریض کے دل سے غم کو اتار دیتا ہے۔)

جب جو کا دلیا دودھ میں پکایا جائے اور اس میں مٹھاس کے لیے شہد ڈالا جائے تو یہ تلبینہ ہے۔

جو کا یہ دلیا پیٹ کو صاف کرتا ہے۔ پرانی قبض، پیٹ کے السر کے لیے جامع اور مکمل علاج ہے۔ اس حدیث مبارکہ میں اسے دل کے جملہ مسائل کا حل فرمایا گیا اور ساتھ ہی یہ بھی خوشخبری دی کہ یہ دل سے غم کو اتار دیتا ہے جو کا دلیا کھانے والوں کو خواہ دل کی تکلیف ہو یا بلڈ پریشر، کے تمام تر اسباب ان تمام مسائل کا حل دلیا میں موجود ہے۔

کولیسٹرول اور دلیا:

امریکن رسالہ "ریڈرز ڈائجسٹ" نے خون میں کولیسٹرول کی مقدار پر 1990ء میں ایک تحقیقی مقالہ شائع کیا ہے۔ جس میں مختلف مشاہدات اور سینکڑوں مریضوں پر کیے گئے تجربات کے بعد ثابت کیا ہے کہ جئی (جوی) کا دلیا کھانے سے خون سے کولیسٹرول کی مقدار کم ہو جاتی ہے۔ شکل، صورت اور ذائقہ میں جئی، جو کے قریب تر ہے۔ جئی کا دلیا بازار میں Quaker Oats کے نام سے ملتا ہے۔ پنجاب میں جئی کا چارہ گھوڑوں کو کھلایا جاتا ہے۔ ضلع سیالکوٹ میں یہ کاشت زیادہ ہوتا ہے اور سیالکوٹ ہی سے اس کا دلیا گتوں کے ڈبوں میں پیک ہو کر آ تا رہا ہے۔

مریضوں کو جئی کے دلیا سے فائدہ ہوا تو جو سے فائدہ بھی یقیناً ہونا چاہیے۔ ہم نے کولیسٹرول کی زیادتی کے علاوہ دل کی مختلف بیماریوں میں تلبینہ (شہد ملا کر جو کا دلیا) استعمال کیا

ہے۔ پچھلے سولہ سالوں میں کسی ایک مریض کے علاج میں تبدیلی کی ضرورت پیدا نہ ہوئی۔ بلڈ پریشر کے اکثر مریضوں کو نہار منہ تلبینہ کھلایا گیا۔ کچھ عرصہ میں اکثر مسائل حل ہو گئے اور رنگ برنگی گولیوں یا سکون دلانے کے لیے منشیات کی ضرورت نہ پڑی۔

تلبینہ کھانے سے خون میں موجود کولیسٹرول کی اضافی مقدار میں 15 دنوں میں کمی آجاتی ہے۔ اگر اس کا استعمال جاری رہے خون کی نالیاں بھی کھل جاتی ہیں اور ان میں جمی ہوئی ناخوشگوار اشیاء خارج ہو جاتی ہیں۔ یہ دلیا جسم سے تیزابیت کو کم کرتا ہے۔ پیشاب آور ہے اس لیے گردوں کی خرابیوں کو دور کرتا ہے۔ یہ خرابیاں بھی بلڈ پریشر کا باعث ہو سکتی ہیں۔

انجیر یا کھجور:

خون کی نالیوں سے رکاوٹیں دور کرنے کے لیے ابن بیطار نے انجیر کو مفید پایا۔ محدثین نے اسے گردوں سے غلاظت نکالنے والی اور جگر کی مصلح قرار دیا ہے۔ حضرت ابوالدرداءؓ بیان کرتے ہیں کہ نبی اکرم ﷺ کی خدمت میں انجیروں سے بھرا ہوا ایک تھال پیش کیا گیا اور فرمایا:

کلوا' واکل منه' وقال: لوقلت ذان فاکهة نزلت من الجنة قلت: هذه، لان فاکهة الجنة بلا عجم، فکلوا منها فانها نقطع البوسیرو تنفع من النقرس

(کھاؤ! پھر اس میں سے خود کھایا اور فرمایا کہ اگر کوئی پھل جنت سے اتر کر آسکتا ہے تو وہ یہی ہے۔ اس میں کوئی شک نہیں کہ یہ بہشت کا میوہ

ہے۔ اسے کھاؤ کیونکہ یہ بواسیر کو کاٹ کر رکھ دیتی ہے اور جوڑوں
کے دردوں میں مفید ہے۔)

اللہ تعالیٰ نے سورہ التین میں انجیر کی قسم کھائی ہے۔ اور جس چیز کو اللہ تعالیٰ اتنی اہمیت دیتے ہیں کہ اس کی قسم کھاتے ہیں تو اس چیز کا شاندار ہونا ایک لازمی حقیقت ہے۔

ہماری بدقسمتی یہ ہے کہ لوگ انجیر کو تاثیر کے لحاظ سے گرم قرار دیتے ہیں اور بلڈ پریشر کے علاوہ گرمی کے موسم میں اسے کھانے پر تیار نہیں ہوتے۔

شافی مطلق نے اسے اہمیت عطا فرمائی اور نبی اکرم ﷺ نے اسے جنت کا میوہ قرار دیتے ہوئے خون کی نالیوں کی بیماری بواسیر کو ختم کر دینے والی قرار دیا۔ وہ اسے نقرس میں مفید قرار دیتے ہیں۔ نقرس کی بیماری میں یورک ایسڈ یا آکسلیٹ پیدا ہو کر گردوں اور جوڑوں میں بیٹھ جاتے ہیں جوڑوں میں درد اور گردوں میں پتھریاں بن جاتی ہیں۔

نقرس میں انجیر کے مفید ہونے کا مطلب یہ ہے کہ وہ یوریٹ وغیرہ کو پیدا نہ ہونے دے گی اور اگر وہ پیدا ہونے کے بعد کسی جگہ جم گئے ہیں تو ان کو گھول کر نکال دے گی۔ بلڈ پریشر پیدا کرنے میں گردوں کا بھی دخل ہے۔ اگر انجیر گردوں کو صاف کرتی اور ان میں موجود پتھروں کو نکال سکتی ہے تو یہ علاج کی اہم ضرورت ہے انجیر خون کی نالیوں کو کھولتی ہے اس لیے بھی انجیر کا استعمال مفید ہے۔ بیماری اگر پرانی ہو اور انجیر سے قابو میں نہ آئے تو کھجور کو آزمایا جا سکتا ہے۔ نبی اکریم ﷺ نے دل کے دورہ کے علاج میں کھجور اور اس کی گٹھلی سے علاج فرما کر مریض کو تندرست کر کے دکھایا ہے۔ چونکہ دل کے دورہ میں بھی خون کی

نالیوں کا مسئلہ ہوتا ہے۔اس لیے ان کا یہی نسخہ بلڈ پریشر میں بھی مفید ہوگا۔

علاج کا طریقہ :

اس بحث میں پڑے بغیر کہ سبب کیا ہے ؟ یہ نسخہ اکثر مریضوں کو دیا گیا۔ایک سے دو ماہ میں اللہ کے فضل سے پریشر معمول پر آگیا۔

1- نہار منہ جو کا دلیا' شہد ڈال کر۔

2- ہر کھانے کے بعد 3 دانے خشک انجیر۔

بیماری زیادہ ہو یا وزن زیادہ ہو تو انجیر کھانے سے آدھ گھنٹہ پہلے دی جائے۔

3- کلونجی 70 گرام' قسط شیریں 10 گرام کاسنی کے بیج 5 گرام
ان کو ملا کر پیس کر چھوٹا چمچ صبح' شام کھانے کے بعد
اس علاج کے ساتھ معمول کے پرہیز یعنی گھی اور چکنائیاں کم کی جائیں غذا میں سری پائے ،مغز، دودھ اور آرام طلبی سے پرہیز کیا جائے۔

کھانا تھوڑی سی بھوک رکھ کر کھایا جائے۔بسیار خوری اور شادی کی دعوتوں میں بریانی' مرغن' حلوے روغنی نان نہ کھائے جائیں۔پیدل چلنا ضروری ہے۔دن میں 3 کلو میٹر کے قریب سیر مناسب ہے۔رات کا کھانا جلد کھایا جائے اور اس کے ایک گھنٹہ بعد کم از کم 500 قدم ضرور چلا جائے۔خواتین اپنے گھر کے صحن یا چھت پر چکر لگا کر چہل قدمی کی ضرورت پوری کر سکتی ہیں۔



باب 10

جوڑوں کا بخار۔ حمیٰ حداری

(Rheumatic Fever)

بچوں کو چار کی سال عمر کے قریب بخار چڑھتا ہے۔ اس بخار کے ساتھ جوڑوں پر ورم آجاتا ہے اور ان میں شدید درد ہوتا ہے۔ بنیادی طور پر یہ سرد ملکوں کی بیماری ہے۔ یورپ میں انیسویں صدی تک وبائی صورت میں پھیلا کرتا تھا۔ 1930ء میں برطانیہ میں اس کی کئی وبائیں مشاہدہ میں آئیں۔ حالانکہ اس وقت تک یہ بات واضح ہو چکی تھی کہ یہ مرض جراثیم سے ہوتا ہے اور ان بچوں کو زیادہ لپیٹ میں لیتا ہے جن کے گلے خراب رہتے ہوں۔ اس کا دوسرا بڑا سبب سرخ بخار (Scarlet Fever) قرار دیا گیا۔ یہ بخار بھی ہمارے گرم ممالک کی بیماری نہیں۔

ان حقائق کے برعکس برطانوی ماہرین نے مشاہدہ کیا ہے کہ یہ بخار ایشیائی ممالک سے نقل مکانی کرنے والوں میں زیادہ ہوتا ہے۔ جبکہ نیوزی لینڈ کے ماہرین نے اسے بعض نسلوں کیلئے مخصوص قرار دیا ہے۔

برطانوی ماہرین کی تحقیقات کا درست ہونا مشتبہ ہے۔ کیونکہ ہم نے پاکستان اور بھارت میں اس کے چند ایک مریض دیکھے ہیں۔ جبکہ برطانوی سکولوں کے بچوں میں

اس کی وبائیں روزمرہ کا معمول ہیں۔ مغربی ممالک میں اس کی فراوانی کا یہ عالم ہے کہ وہاں پر صرف اسی پر تحقیقات کے ادارے قائم ہیں اور اسی پر تحقیقات کی غرض سے Journals of Rheumatology شائع ہوتے ہیں۔ ان اداروں میں اس بیماری پر مستقل کام ہوتا رہتا ہے مگر بات ابھی تک 1950ء والی معلومات اور طریقہ علاج سے آگے نہیں جا سکی۔

اسباب اور نوعیت

خناق میں مبتلا ہونے والے بچوں میں سے 70 فیصد کے دل بھی متاثر ہو جاتے ہیں گویا یہ بخار دل کو ہمیشہ اپنی لپیٹ میں لئے رہتا ہے۔ سرجنوں میں ایک مشہور کہاوت ہے۔

"Rheumatism licks The joints

and bites the heart."

اس کی ابتدا گلے کی خرابیوں سے ہوتی ہے۔ گلے میں سوزش پیپ پیدا کرنے والے زنجیر کی شکل کے جراثیم Streptococcus سے ہوتی ہے۔ بچوں کے گلے اکثر خراب رہتے ہیں۔ پھر یہ جراثیم خون میں جا کر وہاں عمل اور رد عمل کی ایک گنجلک کیفیت پیدا کرتے ہیں۔ جوڑوں کے اندر کی جھلیوں میں سوزش پیدا ہوتی ہے۔ سوزش کا اہم ترین نتیجہ چھوٹے چھوٹے دانے پیدا ہوتا ہے۔ جسم کا جو بھی حصہ متاثر ہو اس پر دانے نمودار ہوتے ہیں۔ دل کا والو (صمام تاجی) Mitral valve زیادہ متاثر ہوتا ہے۔ پہلے اس پر ورم پیدا ہوتا ہے پھر وہ سکڑ جاتا ہے۔ یوں ایک ایسی کیفیت پیدا ہو جاتی ہے جب یہ والو نہ تو خون کو گزارنے کیلئے پھیلتا ہے اور نہ ہی اس کے بعد بند ہوتا ہے۔ والو کے اوپر کیلسیم جم کر اسے سخت اور کھردرا بنا دیتا ہے۔ اور مریض کیلئے عمر بھر کی اذیت کا مستقل سامان ہو جاتا ہے۔ یہ Mitral steno-sis ہے۔ دل کے دوسرے اہم والو Tricuspid valve پر بھی 10 فیصدی بچوں میں یہ اثرات مسلط ہوتے ہیں۔ سوزشی انحطاط کا یہ عمل آہستہ آہستہ سالوں میں مکمل ہوتا ہے۔ دوسرے الفاظ میں قدرت مریض کو بیماری کے اثرات زائل کرنے کیلئے پوری مہلت دیتی

ہے۔

یہ بیماری بڑے جوڑوں مثلاً گھٹنوں پر ٹخنوں پر اثر انداز ہوتی ہے۔ کولھے کا جوڑ کبھی کبھی متاثر ہوتا ہے۔ جبکہ ہاتھوں، پیروں اور کمر کے جوڑ محفوظ رہتے ہیں۔

علامات

یہ بیماری 4 سال کی عمر سے پہلے نہیں ہوتی۔ عام طور پر یہ ایسے بچوں کو قابو کرتی ہے جن کے گلے خراب رہتے ہوں یا ان کو Scarlet fever ہو چکا ہو۔ اور ان کی عمر 15-6 سالوں کے درمیان ہو۔ اس کی ابتدا جوڑوں میں درد اور ورم سے ہوتی ہے ایک ایک کر کے بہت سے جوڑ بیک وقت متاثر ہو سکتے ہیں۔ مسلسل بخار، متلی، کمزوری اور چھاتی میں تکلیف، جوڑ اور دل بیک وقت متاثر ہو سکتے ہیں یا جوڑوں میں 3-2 ہفتے تکلیف رہنے کے بعد دل کے تمام عضلات اور اس کے والو متاثر ہو جاتے ہیں۔

مغربی ممالک میں مرض پر ابتدائی مرحلے ہی میں قابو پا لیا جاتا ہے۔ اور ان میں 50 فیصدی سے زائد بچے دل پر اثرات سے بچ جاتے ہیں۔ جبکہ پسماندہ ممالک میں دل کے متاثر ہونے کی شرح کافی زیادہ ہے۔

دل کے عضلات، والو اور بیرونی جھلی میں شدید قسم کی سوزش کی وجہ سے چھاتی میں درد۔ اختلاج قلب۔ رعشہ۔ اور جگہ جگہ گلٹیاں نمودار ہوتی ہیں۔ جلد پر سرخ دھبے نمودار ہوتے ہیں۔

تشخیص

عام حالات میں بخار کے ساتھ جوڑوں میں درد اور گلے میں خرابی تشخیص کیلئے کافی ہیں۔

یہ ایک تلخ حقیقت ہے کہ اس بیماری کی یقینی تشخیص کیلئے کوئی واضح اور فیصلہ کن ٹیسٹ موجود نہیں۔

گلے سے رطوبت براہ راست لے کر اسے جراثیم کیلئے Culture & Sensitivity

کے لئے ٹیسٹ کروائیں تو جراثیم کی نوعیت کے مطابق دوائی کا پتہ چل جاتا ہے۔

پروفیسر ڈیکٹ جونز نے بیماری کی تشخیص کیلئے علامات کا خلاصہ تیار کیا ہے۔ جسے امریکن ہارٹ ایسوسی ایشن نے معمولی ردوبدل کے ساتھ اس تشخیص کو ذیلی شکل میں رسمی طور پر قبول کیا ہے۔

تازہ تکلیف

گلے میں Streptocoeci جراثیم سے سوزش یا حال ہی میں Scarlet fever سے شفایابی جراثیم کے خلاف Antibody level میں اضافہ۔

شدید حملہ

☆ کئی جوڑوں میں ورم اور درد۔ یہ حملہ عام طور پر بڑے جوڑوں پر زیادہ شدت سے ہوتا ہے۔

☆ دل میں تکلیف۔

☆ رعشہ۔

☆ جلد پر دھبے۔

☆ جلد کے نیچے گلٹیاں۔

معمولی حملہ

بخار۔ جوڑوں میں سوجن اور درد۔

دل پر اثرات

بچوں اور نوجوانوں میں یہ جراثیم دل کی بیرونی جھلی کو زد میں لے کر وہاں پر Pericarditis پیدا کر دیتے ہیں۔ (اس بیماری کا تفصیلی تذکرہ کتاب میں موجود ہے) جس سے دل کے حجم میں اضافہ۔ اس کے بعد دل کے بائیں حصہ کی خرابی۔ والو کھل جاتے ہیں۔ دل کی رفتار میں اضافہ ہو جاتا ہے۔ دل کی آوازوں میں بے قاعدگی سنی جاسکتی ہے۔

اگر غور سے دیکھیں تو دل کی اکثر بیماریاں اسی بخار سے شروع ہوتی ہیں۔

تشخیص

مرض کی تشخیص تو ڈاکٹر اپنی فراست سے کرتے ہیں۔ بخار۔ جوڑوں میں درد گلے کی خرابی۔ جلد میں گلٹیاں ہی تشخیص کے لئے کافی ہیں۔ اگر بیماری بڑھ چکی ہے تو دل کے ECG اور ایکو سے خرابی کا پتہ چل سکتا ہے۔ ایک ایسے مریض کی کیفیت پر یہ رپورٹ حاصل ہوئی۔

HEART TEST CENTER

12 - SHADMAN - II (NEAR MENTAL HOSPITAL)
JAIL ROAD LAHORE

CONCLUSION

- Slightly dilated LV to Overall moderate LV function. inter ventricular Septum is thinned out of akinetic in its distal half to dilated apical regian. Evidence of organized Clot in LV apex.
- Normal Valves.
- Colour flow shans MR
- Old anteroapical & Septal M.I.to organized clot

Dr.M.ASHFAQ
M.B.B.S M.C.P.S
M.Sc.(Glasg), F.I.C.A (U.S.A)

THIS ECHO / DOPPLER STUDY WAS PERFORMED ON
GE RT 6800 COLOUR DOPPLER SYSTEM.

اس مرض کی بیماری ابھی ابتدائی مراحل میں ہے۔ اس کے والو خراب نہیں ہوئے۔ لیکن دل کے اندر خون کے جمنے سے ایک لو تھڑا نمودار ہو گیا ہے۔ اندیشہ ہو گیا ہے کہ خون مائٹرل والو (صمام تاجی) سے واپس بھی جا رہا ہے۔

اس غرض کیلئے دل کے ہر حصے کو علیحدہ سے دیکھا گیا۔

دل کے چاروں خانوں اور نالیوں کا جب چیک کیا گیا تو یہ معلوم ہوا۔

Echocardiographic Data

CHMBER SIZE (M.M)

VESSELS	AORTA (32)	PULMO.A. ( )
ATRIA	LEFT 23-42 (29)	RIGHT ( )
VENTRI-CLES	LEFT 22-40 sys (36)	dias 36-54 (56)
	RIGHT 22-4-sys ( )	dias 25- 36 ( )

INTERVENT SEPTUM	.L.V.POST, WALL
sys ( ) dias (10) 8- 12	sys ( ) dias (12) 7-11
EXCURSION 3-8 ( )	EXCURSION 9-14 ((N))

دل کے خانوں کے حجم میں معمولی اضافہ پایا گیا۔

چاروں والو چیک کیے گئے۔ تو اس رپورٹ کے مطابق تندرست پائے گئے۔

VALVES

	AREA (cm)	calcium	VEG	prolapse
AORTIC	N	-	-	-
PULMONARY	N	-	-	-
TRICUSPID	N	-	-	-
MITRAL	N	-	-	-
EPSS (___)	SUBVALV ( )	SAM ( )	PLIAB ( )	

دل کی بیماریوں کی تشخیص میں اگرچہ ECG بڑی کار آمد ہے۔ لیکن ایکو کارڈیو گرافی بہر حال بہتر اور زیادہ قابل اعتماد ہے۔

گنٹھیا سے بچاؤ

گنٹھیا بنیادی طور پر جراثیمی سوزش ہے۔ جراثیم بچوں کے حلق میں جا کر وہاں لوزتین اور حلق میں سوزش (Tonsillitis) پیدا کرتے ہیں۔ کچھ عرصہ وہاں رہنے کے بعد یہ خون میں گھس جاتے ہیں۔ خون میں پہنچنے کے بعد ان کے لیے سارا جسم کھلی کتاب ہے۔ جہاں چاہیں اپنا اڈا جمائیں۔ بافتوں میں سوزش پیدا کر کے وہاں پھوڑے یا دوسری برائیاں پیدا کریں۔ ان کی زہریں بھی جسم میں گردش کر کے کمزوری دوسرے مسائل کا باعث بنتی ہیں۔

گلے میں سوزش پیدا کرنے والے جراثیم کی اگرچہ متعدد اقسام ہیں لیکن اگر وہاں Streptococcus جراثیم پہنچ جائیں تو ان پر قابو پانا یا ان کو جسم کے دوسرے مقامات پر تخریب کاری سے روکنا بڑا مشکل کام ہے۔ اس نوع کے جراثیم جب بھی کسی جگہ سوزش پیدا کریں تو وہ پھیلنے والی ہوتی ہے۔ اگرچہ جسم کا دفاعی نظام ان کو روکنے اور پھیلنے سے روکنے کی کوشش کرتا رہتا ہے۔ لیکن یہ پھر بھی کچھ کامیابیاں حاصل کر لیتے ہیں۔ پیپ پیدا کرنے والے جراثیم کی دوسری اہم قسم Staphylococcus ہے۔ یہ اپنی سوزش محدود رکھتے ہوئے پھنسیاں اور پھوڑے بناتے ہیں۔

گلے سے سوزش کے جراثیم گردوں اور دل کو زد میں لے سکتے ہیں۔ اس لئے جن بچوں کے گلے خراب رہتے ہوں ان کو بخار۔ کمزوری۔ وزن میں کمی اور جسم کے بڑھنے میں مشکلات کے علاوہ جوڑوں میں شدید قسم کی سوزش ہو جاتی ہے۔ Arthritis کی اس بیماری میں بخار، کمزوری، جوڑوں میں سوجن سے بچہ نڈھال ہو جاتا ہے۔ جوڑوں کے متاثر ہونے کے بعد بیماری کا اگلا ٹھکانا دل ہوتا ہے۔ دل میں Bacterial

(Aortic- Tricuspid- بیماریاں Endocarditis سے لے کر صماموں کی تمام بیماریاں
Pulmonary Mitral ___ Stenosis ___) اس کی وجہ سے ہوتے ہیں۔

ایک چھوٹا سا مسئلہ بڑھتے بڑھتے عمر بھر کے روگ یا زندگی کیلئے مصیبت کا مظہر بن جاتا ہے۔

ڈاکٹروں کی رائے میں اگر سوزش کو چند دن میں فائدہ نہ ہو اور بچے کو بخار ہو تا رہے تو آپریشن کر کے غدود نکال دینے چاہئیں۔

بو علی سینا نے جراثیم کی ان تخریب کاریوں کا احساس کرتے ہوئے امراض قلب کے علاج کا ایک اہم اصول متعین کیا ہے۔

> او جاع مفاصل کا تدارک جب اس کی ابتدا میں کیا جائے تو علاج بھی آسان ہوتا ہے۔ جب مستحکم ہو جائے اور خاص طور پر دوسرے مقامات کو زد میں لے لے۔ تو علاج مشکل ہو جاتا ہے۔ یہی حال حداری (داء المفصلی) کی بدولت صمامی امراض کا بھی ہے۔ (احوال القلب۔ قانون فی الطب)

بو علی سینا کو علم تھا کہ جراثیم جب جوڑوں کی ہڈیوں کو گلادیں گے یا آگے بڑھ کر دل کے صماموں کی جھلیاں کھرچ دیں گے تو کوئی بھی دوائی اس انحطاطی عمل کو ختم کر کے نقصان کا مداوا نہیں کر سکتی۔

بو علی سینا کے مشاہدات کا ہر حصہ آج بھی اسی طرح درست اور حقیقت ہے۔ جب بچے کا گلا خراب ہو۔ اس وقت سوزش کا علاج کیا جائے یا ان کو نکال دیا جائے تو جراثیم جسم میں گھس کر مزید خرابیوں کا باعث نہیں بن سکتے۔ اور ان کو مہلت دے دی جائے اور وہ کسی بھی حصہ کو زد میں لے لیں تو بات آج بھی ویسی ہی ناممکن العلاج ہے جیسے پہلے تھی۔

گلے کی سوزش جراثیم کی وجہ سے ہوتی ہے۔ ان جراثیم کو مارنے کیلئے بڑی مفید اور کار آمد ادویہ Antibiotics کی معقول تعداد موجود ہے۔ اکثر اوقات مریض کے گلے سے

Throat Swab لے کر لیبارٹری اس کا Culture & Sevsitivity ٹیسٹ بڑی آسانی سے کیا جا سکتا ہے۔ اور لیبارٹری والے جراثیم کی قسم کا تعین کرنے کے بعد اس دوائی کا پتہ بھی بتا دیتے ہیں جس کے استعمال سے ان جراثیم کو مارا جا سکتا ہے لیکن حیرت کی بات ہے کہ شفا کا تناسب بڑا ہی کم ہے۔

لندن میں امراض البول کے خصوصی شفاخانے سینٹ پال ہسپتال میں ہم بطور نائب کام کر رہے تھے۔ مثانہ میں شدید سوزش کا ایک مریض آیا۔ جسے تیز بخار کے علاوہ درد اور جلن بھی تھے۔ پروفیسر صاحب کی رائے یہ تھی کہ اس کے پیشاب کا ٹیسٹ کر کے جراثیم اور ان پر اثر کرنے والی دوائی کا پہلے پتہ چلایا جائے۔ پیشاب کا ایک نمونہ کیمبرج کی سر ولیم ڈین انسٹی ٹیوٹ کو بھیج دیا گیا۔

عبوری عرصہ میں مریض کی تکلیف ہم سے دیکھی نہ گئی اور اسے پروفیسر صاحب کی لاعلمی میں Penicillin + Streptomycin کے ٹیکے لگوا دیئے۔ دو دن میں بخار اور درد جاتے رہے۔ مریض چلنے پھرنے کے قابل ہو گیا۔

تیسرے دن لیبارٹری سے نتیجہ آیا کہ اس کے جراثیم پر دونوں میں سے کسی دوائی کا کوئی اثر نہیں ہو سکتا۔

مریض گھر جانے کی اجازت مانگ رہا تھا اور پروفیسر صاحب اس کے جراثیم کے بندوبست کا نیا فارمولا تیار کر رہے تھے کہ ہم نے ڈرتے ڈرتے سچ بیان کر دیا۔

وہ ہماری جسارت پر خفا تو ضرور تھے لیکن لیبارٹریوں کی غلط رپورٹوں کی شرمساری نے غصہ کو بڑھنے نہ دیا۔

اس کا یہ مطلب ہرگز نہیں کہ لیبارٹری پر اعتبار نہ کیا جائے۔ البتہ غلطی کسی بھی

جگہ ہو سکتی ہے۔اس لیے معالج کو دوسروں پر بھروسہ کرنے کی بجائے اپنی عقل اور علم کو بھی استعمال کرنا چاہیے۔

گلے کی خرابی

سوال یہ پیدا ہوتا ہے کہ گلے کیسے خراب ہوتے ہیں ؟اور ان سے بچاؤ کی ترکیب کیا ہے ؟

☆ گلے کو خراب کرنے میں سب سے پہلا سبب فیڈر اور چوسنی ہیں۔ جن بچوں کو یہ دو چیزیں ملتی ہیں' ان کے گلے اور پیٹ ہمیشہ خراب رہیں گے۔

☆ بچوں کے منہ چومنا ایک بری رسم ہے۔ چومنے والے کا اگر اپنا گلا خراب ہو تو وہ اپنی بیماری بچے کو بھی دے دیتا ہے۔

☆ بچے کو دوسرے بچوں یا ماں کے ساتھ سلانا حفظان صحت کے خلاف ہے۔ کیونکہ وہ آپس میں ایک دوسرے کو بیماریاں بانٹتے ہیں۔

☆ دیکھا گیا ہے کہ مائیں کچھ کھا کر اپنا آلودہ لقمہ بچوں کے منہ میں بھی ڈال دیتی ہیں۔ ایک خاندان میں ہم نے خود دیکھا کہ متعدد بزرگ اپنے منہ سے کوئی چیز نکال کر بچوں کے منہ میں بڑی محبت سے ڈالنے کے عادی تھے۔

☆ غربت ایک اہم مسئلہ ہے۔بچوں کو اکثر ایسی خوراک میسر نہیں آتی جس سے قوت مدافعت برقرار رہے۔ قوت مدافعت میں کمی جراثیم کو روکنے میں ناکام ہوتی ہے۔

☆ گرم ملکوں میں گنٹھیا کی بیماری قدرے کم ہوتی ہے۔ لیکن پہاڑی مقامات کے رہنے والوں میں یہ بیماری زیادہ ہوتی ہے۔ سردی۔ ہوا میں نمی اور موسمی حالات کا مقابلہ کرنے والی غذا کی کمی اس میں اضافہ کا باعث ہوتی ہے۔

یورپ اور اس کے وسطی حصہ میں جوڑوں کی بیماریاں ایک مستقل اذیت بنی رہتی ہیں۔وہاں کے بوڑھے ان کا زیادہ شکار ہوتے ہیں۔ جبکہ فنی نقطہ نظر سے گنٹھیا بچوں کی بیماری ہے اور جوانی سے پہلے پہلے یہ دل تک پہنچ جاتی ہے۔

☆ مہمانداری۔ شادی بیاہ اور دوسری تقریبات پر غریب گھرانوں میں اکٹھے ہونے کا رواج زیادہ ہے۔ ایسا کرنا ایک دوسرے کے لئے خطرناک ہو سکتا ہے۔ اگر کسی گھر میں غربت کی وجہ سے جگہ ہی نہ ہو اور مجبوری کی وجہ سے کچھ عزیز آجائیں تو پھر کیا کیا جائے؟

☆ بند کمرے۔ نمی۔ دھوپ کا نہ آنا جراثیم کو پھیلنے کا موقع دیتے ہیں۔

ان عام حفاظتی تدابیر سے گلے کی خرابیوں میں کمی آسکتی ہے۔

گلے کی خرابی کا یقینی علاج

گنٹھیا سے بچنے کیلئے گلے کو تندرست رکھنا ضروری ہے۔ جراثیم کے خلاف اسلام نے سب سے موثر ہتھیار شہد مہیا کیا ہے۔ ندکارنی کہتا ہے۔

بڑھاپے کے تین اہم مسائل ہیں۔ کمزوری کھانسی اور جوڑوں کے درد۔ اتفاق سے شہد ان تینوں مسائل کا حل ہے۔

بچوں کو شہد دینے سے ان کی قوت مدافعت قائم رہے گی۔ بیماری کے بارے میں تیر بہدف علاج مختلف ادویات سے میسر ہے۔ جسے طب نبوی کے باب میں تفصیل سے ذکر کریں گے۔

بو علی سینا نے اسے حمی حداری کا نام دیا ہے اور وہ اس کی خباثت سے پوری طرح آگاہ تھے۔ اس نے حداری کے علاج کا یہ نہایت اہم اصول عطا کیا ہے۔

"اس کا اگر جلد علاج کر لیا جائے تو مکمل طور پر قابو میں آسکتا ہے۔ عرصہ گذرنے کے بعد اس سے ہونے والے نقصانات کا ازالہ نہیں کیا جاسکتا۔"

سات صدیاں گزرنے کے بعد بھی طب اسی مقام پر کھڑی ہے۔ جب بچے کے گلے خراب رہتے ہوں۔ بخار چڑھتا رہے۔ جوڑوں میں ورم آجائے تو مکمل علاج کیا جاسکتا ہے اور اگر یہ مرحلہ گزر جائے اور بیماری دل۔ پھیپھڑوں یا جگر یا گردوں کو اپنی لپیٹ میں لے لے تو پھر علامات کو دور کیا جاسکتا ہے۔ یا مریض کی زندگی کو تھوڑا سا طول دیا جاسکتا ہے۔ مکمل شفا ممکن نہیں۔

آرام

مریض کے لیے آرام کرنا بہت ضروری ہے۔ مرض کی مختلف حالتوں میں بستر پر رہنے کا عرصہ اس طرح ترتیب دیا گیا ہے۔

کیفیت	بستر پر مکمل آرام	معمولی چہل قدمی
دل پر کوئی اثر نہ ہو	3 ہفتے	3 ہفتے
دل میں سوزش لیکن کسی چیز میں خرابی نہ ہو	4 ہفتے	
دل میں سوزش اور اس کے حجم میں اضافہ	6 ہفتے	6 ہفتے
دل اور اس کی جھلیوں میں سوزش	4 ماہ	4 ماہ

جب دل میں سوزش ہو جائے تو مریض اس وقت تک بستر پر پڑا رہے جب تک کہ دل کی آوازوں سے بے قاعدگی ختم نہ ہو جائے۔ سوتے میں نبض کی رفتار 100 فی منٹ سے کم ہو جائے۔ مریض توانائی محسوس کرنے لگے اور اس کے وزن میں اضافہ پایا جائے۔ عام حالات میں مریض کو تقریباً 6 ماہ بستر پر گذارنے پڑتے ہیں۔ اس باب میں جلدبازی خطرناک ہو سکتی ہے۔

غذا

بخار کے دوران بھاری اور ثقیل غذا نہ دی جائے۔ عام طور پر سیال خوراک جیسے کہ دودھ۔ وٹامین کی گولیاں کافی ہوتی ہیں۔ قوت مدافعت کو بڑھانے اور توانائی کو برقرار رکھنے کیلئے "توانائی دینے والے" پوڈر پسند کیے جاتے ہیں۔ جیسے کہ کمپلان۔ ہارلکس وغیرہ۔

ادویہ

اس بیماری میں اسپرین کو تریاق سمجھا جاتا ہے۔ اسپرین کھانے سے چکر، متلی، قے اور کانوں میں آوازیں آسکتی ہیں۔ ہم نے ایسے مریض بھی دیکھے ہیں جن کو اسپرین کھانے سے معدہ میں جریان خون ہو گیا۔ اس کے باوجود ماہرین کا اصرار ہے کہ مریض کو ہر کلو گرام

وزن کے حساب سے 100 ملی گرام اسپرین ابتدا میں دی جائے۔ جب ذرا بہتری ہو جائے تو مقدار میں تھوڑی سی کمی کر دیں۔ درجہ حرارت گر جانے یا زیادہ چکر آنے کی صورت میں دوائی دوایک دن کیلئے بند کرنے کے بعد دوبارہ کم مقدار میں شروع کی جائے۔

خالی پیٹ اسپرین کھانے سے معدہ میں جلن زیادہ ہوتی ہے۔ اگر یہ کھانے کے بعد کھائی جائے یا دودھ کے ساتھ کھائی جائے تو تکلیف کم ہوتی ہے۔ جراثیم کو مارنے کیلئے لوگوں کا پنسلین پر اتفاق ہے۔ زیادہ تر اس کی پروکین والی قسم استعمال ہوتی ہے۔ اب کہتے ہیں کہ لمبے اثر والی پنسلین Penidura LA-12 لاکھ یونٹ روزانہ 10 دن تک گوشت میں لگائی جائے۔ چھوٹے بچوں کیلئے اس کی نصف مقدار کا ٹیکہ بھی ملتا ہے۔ اگر پنسلین سے حساسیت ہو تو اس کی جگہ Erythrocin دی جائے۔ ہم نے ایک مریض کے علاج کیلئے ہارٹ ایسوسی ایشن کے مرکز سے رابطہ کیا۔ وہاں سے یہ نسخہ میسر آیا۔

HEART CLINIC

Oranised By:

The Heart Association Lahore

192 - Riwaz Garden, Lahore.

Name of Patient Kamran Age 5 Sex Male

Rheumatic Fever

1. Inj. penidura LA
0.6 mega Units monthly after test dose.

2. Tab. Disprin 300mg
3+3+3+3

3. Syrup Myalanta-II
2teaspons T.D.S.

4. Tab Capoten 25mg
1/4+1/4+1/4

Sd/ Aftab Ahmad Tariq

گنٹھیا دل کا بدترین دشمن ہے۔ اس کے جراثیم جب ایک مرتبہ جسم میں گھس جائیں تو آسانی سے جان نہیں چھوڑتے۔

ایک بچے کو گنٹھیا کا بخار اور جوڑوں میں سوجن ہوئی۔ پروفیسر اسلم پیرزادہؒ نے اس بچے کو ڈسپرین کی چھ گولیاں روزانہ 7 سال تک کھلائیں۔

اب وہ بچہ خوبصورت جسم کے ساتھ بڑھاپے میں داخل ہو چکا ہے۔ چھ گولیاں روزانہ اور پنسلین سالوں استعمال کرنی آسان کام نہیں۔ اسپرین سے معدہ میں سوزش اور پنسلین سے حساسیت ہو سکتی ہے۔ یہ بخار جراثیم کی جن قسموں سے ہوتا ہے ان میں سے کچھ پر پنسلین کا کوئی اثر نہیں۔ اس لیے طب نبوی بہترین متبادل ہے۔ ہم نے ذاتی طور پر گنٹھیا کے مسائل مدتوں دیکھے ہیں اس لئے کسی بچے کو آدھے علاج کا مشورہ نہیں دے سکتے۔

پیپ پیدا کرنے والے جراثیم جسم میں گلے کے راستے داخل ہوتے ہیں۔ وہ بچے جو فیڈر اور چوسنی لیتے ہیں یا انگوٹھا چوستے ہیں جراثیم ان کے حلق میں داخل ہوتے رہتے ہیں۔ آخرکار گلے میں سوزش کے ساتھ Tetracyclin کے مستقل مریض بن جاتے ہیں۔ بدقسمتی کی بات یہ ہے کہ گلے میں سوزش کے جراثیم اگر ایک مرتبہ گھس جائیں تو پھر جان نہیں چھوڑتے یہ درست ہے کہ جراثیم کو مارنے والی انواع واقسام ادویہ Antibiotics کی موجودگی میں یہ بات سمجھ میں نہیں آتی۔ لیکن یہ حقیقت ہے۔ بچے روزانہ بیمار رہتے ہیں۔ ہر ہفتے بخار چڑھ جاتا ہے۔ گلے میں کبھی سوجن اتنی بڑھ جاتی ہے کہ کھانا نگلنا بھی آسان نہیں رہتا۔ ٹیکے لگا لگا کر جب اس عرصہ کو گذارا جاتا ہے تو پیپ پیدا کرنے والے یہ جراثیم دل کو زد میں لے لیتے ہیں۔ جہاں پر یہ Endocardits کے علاوہ والو خراب کر دیتے ہیں اور عمر بھر کا عذاب مسلط کر دیتے ہیں۔ جسم کے متعدد حصوں کو خراب کرنے کے علاوہ یہ گردوں کی بیماری کا باعث بن جاتے ہیں۔ ڈاکٹر سوجے ہوئے گلے اور روزمرہ کا بخار دیکھنے کے بعد والدین

کو مشورہ دیتے ہیں کہ وہ بچے کے گلے کا آپریشن کروا کر فساد کا مرکز ٹانسلز نکلوا دیں۔ یہ درست ہے کہ گلے کا آپریشن کروانے کے بعد بعض بچوں کو حیرت ناک حد تک فائدہ ہوتا ہے۔ کمزور جسم ٹھیک ہو جاتے ہیں اور بخار سے جان چھوٹ جاتی ہے۔ کچھ ایسے ہیں کہ آپریشن کے بعد کھانسی اور بلغم ان کے عمر بھر کیلئے رفیق بن جاتے ہیں۔ گلے میں سوزش میں مبتلا ایک بچے کی روئداد احادیث میں بھی ملتی ہے۔

حضرت جابر بن عبداللہ روایت فرماتے ہیں۔

دخل رسول الله صلى الله عليه وآله وسلم على عائشة' وعندها صبي يسيل منخراه دما' فقال' ماهذا۔ فقالوا' به العذرة' اووجع في راسه' فقال' "ويلكن لا تقتلن اولادكن' ايما امراة اصاب ولدها عذرة او وجع في راسه' فلتاخذ قسطاً هندياً فلتحكه بماء' ثم تسدطيه اياه۔"

فاسرت عائشه رضي الله عنها فصنع ذلك بالصبي' فبرا۔

(مسلم۔ مسند احمد۔ البزار)

(رسول اللہ صلی اللہ علیہ وآلہ وسلم ایک روز حضرت عائشہ صدیقہ کے گھر میں تشریف لائے۔ تو ان کے یہاں ایک بچہ دیکھا جس کے منہ سے خون نکل رہا تھا۔ دریافت فرمایا۔ "یہ کیا ہے۔" انہوں نے کہا کہ اسے عذرہ (گلے میں سوزش) یا سر میں درد ہے۔

انہوں نے فرمایا کہ "اے عورتو! تمہارے لئے افسوس کی بات ہے کہ تم اپنی اولاد کو قتل نہ کیا کرو۔ اگر کسی عورت کے بچے کو گلے میں سوزش ہو یا سر میں درد ہو تو اسے چاہیے کہ قسط ہندی لے کر اسے پانی کے ساتھ رگڑ لے۔ پھر اسے بچے کو چٹا دے۔"

حضرت عائشہ نے انہی ہدایات کے مطابق بچے کیلئے نسخہ تیار کروایا اور وہ بچہ تندرست ہو گیا۔

جب بچوں کے گلے سوج جاتے تھے تو زمانہ قدیم سے بڑی بوڑھیاں ان بچوں کے حلق میں انگوٹھا ڈال کر اسے زور سے دبا کر اس سے پیپ نکالنے کی کوشش کرتی آئی ہیں۔ یہ عادت پنجاب میں بھی دیکھی جاتی تھی۔ فرق اتنا تھا کہ یہاں کی عورتیں انگلی سے توے کی سیاہی بھی لگاتی تھیں۔ اطباء قدیم گلے کو دبانے کے بعد بچوں کو املتاس کے غرارے بھی کراتے تھے۔

اس حدیث سے معلوم ہوتا ہے کہ بچوں کے گلے دبا کر ان کی سوزش کم کرنے کی ترکیب حضرت عائشہؓ کو معلوم تھی۔ اور خواتین ان کے پاس اپنے بچے اس علاج کے لئے لاتی رہتی تھیں۔ نبی صلی اللہ علیہ وسلم نے بھی ایسے ہی ایک زیر علاج بچے کے گلے قابو کرنے کا منظر دیکھا اور انہیں بچے کی حالت زار پر رحم آیا اور انہوں نے آئندہ سے اس اذیت ناک عمل سے منع فرمایا۔

گلا خراب ہونے پر گلا دبانا یا اس کا آپریشن کر دینا تکلیف دینے کی ایک ہی صورت ہے۔ انہوں نے ایک اور ارشاد گرامی میں واضح حکم دیا۔

لا تعذبوا صبیانکم بالغمز من العذرۃ (بخاری، مسلم)

اس ارشاد گرامی کی موجودگی میں گلے کا آپریشن کروانا بھی ممنوع فرمایا۔ آپؐ جب کسی چیز سے منع فرماتے تھے تو ان کے پاس اسکا جواز موجود ہوتا تھا۔ گلے کا آپریشن کر کے ان کو نکلوا دینے کا مطلب یہ ہے کہ بچہ ساری عمر حلق اور سانس کی نالیوں کی سوزش کا شکار رہے۔ جب اس بیماری کا شافی علاج دوائی سے ممکن ہے تو پھر بچے کو اذیت دینے کی کیا ضرورت ہے؟

گنٹھیا کے بارے میں یہ بات طے ہے کہ وہ گلے کی سوزش سے شروع ہوتا ہے۔ اس لئے آسان صورت یہ ہے کہ اس کا قسط ہندی سے علاج کر لیا جائے۔ گنٹھیا ایک سوزش ہے۔ انسانی جسم میں اس کے خلاف مدافعت موجود ہو تو یہ زیادہ نقصان نہیں کرتی۔ بلکہ کسی بھی سوزش کے مقابلہ میں جسم کی قوت مدافعت ایک اہم دیوار ہے۔ اس ضمن میں ایک اہم اصول علاج حضرت علیؓ سے میسر ہے۔ بیان کرتے ہیں کہ نبی صلی اللہ علیہ وسلم نے فرمایا۔

اصل کل داء البرد (دار قطنی۔ ابن عساکر۔ ابو نعیم۔)

(ہر بیماری کا اصل سبب جسم میں ٹھنڈک ہے)

یہ روایت حضرت انس بن مالکؓ۔ حضرت ابوالدرداء اور حضرت ابی رھیلؓ سے بھی میسر ہے۔

یہاں پر ٹھنڈک سے مراد جسم کی وہ حرارت ہے جس سے یہ بیماریوں کا مقابلہ کرتا ہے۔اور یہی اصول ایڈز کی بیماری میں بھی استعمال کیا جاسکتا ہے۔ کیونکہ اس بیماری میں جسم کی قوت مدافعت ختم ہو جاتی ہے اور مریض روزانہ ایک نئی بیماری میں مبتلا ہوتا ہے۔

جسم میں قوت مدافعت پیدا کرنے کی سب سے یقینی اور مؤثر دوائی شہد ہے۔ انسانی جسم کی ساخت میں جتنے بھی عناصر ہیں ان میں سے ہر ایک شہد میں پایا جاتا ہے۔ اس لئے شہد پینے سے ہر وہ چیز حاصل ہو سکتی ہے۔ جس کی جسم کو ضرورت پڑ سکتی ہے۔ قرآن مجید نے شہد کے بارے میں یہ اہم خوشخبری یوں عطا فرمائی۔

یخرج من بطونها شراب مختلف الوانه فیه شفاء للناس
ان فی ذلک لاية لقوم یتفکرون۔(النحل۔69)

(یہ اپنے پیٹوں سے مختلف شکلوں کے سیال پیدا کرتی ہیں جن میں لوگوں کیلئے شفا ہے۔ اور یہ اللہ کی ایسی نشانیاں ہیں جن میں لوگوں کو غور و فکر کی دعوت دی گئی ہے)۔

اس آیت مبارکہ کی روشنی میں جب شہد کی مکھی کے جسم کے افعال کا مطالعہ کیا گیا تو معلوم ہوا کہ وہ اپنے منہ اور پیٹ سے بڑے کارآمد Enzymes پیدا کرتی ہے۔ ان جوہروں کا عمومی استعمال چھتہ میں پیدا ہونے والے بچوں کیلئے غذا ہے۔ اسے مکھی کا دودھ بھی کہا جاسکتا ہے۔ اس دودھ میں اتنی توانائی ہوتی ہے کہ ایک ہفتہ میں بچے کا وزن 350 گنا بڑھ جاتا ہے۔

شہد کے علاوہ چھتے سے (قرآن مجید کے ارشاد کے مطابق) مکھی کے جسم سے پیدا ہونے والے جوہر Royal Jelly کے نام سے ملتے ہیں۔ پاکستان میں یہ جوہر

Beijing Royal Jelly کے نام سے عام ملتے ہیں۔ یہ ٹیکے کی شکل میں آتے ہیں۔ یہ ٹیکہ ایسے وقت میں دیا جاتا ہے۔ جب پیٹ خالی ہو۔ اس کا کمال یہ ہے کہ مریض کو کمزوری خواہ کسی وجہ سے ہو ان کے پینے سے دو تین دن میں ختم ہو جاتی ہے۔ چین سے آنے والے ان ٹیکوں میں بعض اداروں نے Gin Sing بھی شامل کی ہوتی ہے۔ جن سنگ کوریا میں پیدا ہونے والے ادرک کی ایک قسم ہے۔ اور قرآن مجید نے جنت میں ملنے والی چیزوں کی صفات میں ایک ایسے مشروب کا تذکرہ کیا ہے جس میں ادرک کی مہک ہو گی۔ اس لئے ادرک اگر شامل ہو تو وہ بھی قرآنی تحائف کا حصہ ہے۔

ندکارنی کا خیال ہے کہ بڑھاپے کے تین اہم مسائل یعنی کمزوری، بلغم اور جوڑوں کے درد کے علاج کیلئے صرف ایک دوائی شہد ہی کافی ہے۔

قرآن مجید نے انجیر کو اتنی اہمیت عطا فرمائی ہے کہ ایک سورۃ اس کے نام سے "التین" موسوم ہے۔ اس کی ابتدا یوں ہوئی ہے۔

والتين والزيتون وطور سينين و هذا البلد الا مين لقد خلقنا الانسان في احسن تقويم۔ (التین 1-4)

(قسم ہے انجیر کی اور قسم ہے زیتون کی اور طور سینا کی اور قسم کھاتا ہوں اس امن والے شہر کی کہ انسان کو ایک بہترین منصوبے سے تخلیق کیا گیا ہے)۔

حافظ ابن القیمؒ کہتے ہیں کہ اللہ تعالیٰ جس چیز کی قسم کھاتے ہیں تو اس میں اہمیت اور افادیت کا ہونا ضروری ہے۔ جب وہ انجیر کو اتنا اہم قرار دیتے ہیں کہ ایک ہی فقرے میں اسے مکہ معظمہ اور کوہ طور کے ہم پلہ قرار دے رہے ہیں تو یہ طے ہے کہ اس میں فوائد بیش بہا ہیں۔

حضرت ابو الدرداءؓ ایک واقعہ بیان فرماتے ہیں۔

اهدى الى النبى صلى الله عليه وسلم طبق من تين' فقال' "كلوا!" وآكل منه وقال' "لوقلت ان فاكهة نزلت

من الجنة قلت' هذه' لان فاكهة الجنة بلاعجم' فكلوا منها فانها تقطع البواسير'متنفع من النقرس۔(ابن الجوزی)

(نبی صلی اللہ علیہ وسلم کی خدمت میں انجیروں سے بھرا ہوا ایک تھال تحفہ میں آیا۔ انہوں نے لوگوں سے کہا کہ اسے کھاؤ۔ ہم نے کھایا۔ اور پھر فرمایا۔ "اگر یہ کہا جائے کہ کوئی پھل جنت سے زمین پر آسکتا ہے تو میں کہوں گا کہ وہ یہی ہے۔ بلاشبہ یہ جنت کا میوہ ہے۔ اسے کھاؤ کہ یہ بواسیر کو ختم کر دیتا ہے اور جوڑوں کے دردوں میں مفید ہے)۔

پرانے اطباء نے اسے زہروں کا تریاق بھی قرار دیا ہے۔ یہ گردہ۔ مثانہ اور پتہ کی پتھریوں کو حل کر کے نکال دیتی ہے۔ یہ سانس کی نالیوں، حلق اور سینہ سے گھٹن کو دور کرتی ہے۔ جالینوس اسے مقوی اعصاب بھی قرار دیتا ہے۔

نبی صلی اللہ علیہ وسلم نے انجیر کو جوڑوں کے درد کیلئے مفید قرار دیا ہے۔ اطباء اسے سینے کی سوزش کیلئے مفید بیان کرتے ہیں۔ ان افادات کی بنا پر یہ ہمارے لیے اہمیت کا باعث بن جاتی ہے۔ کیونکہ گنٹھیا سے پیدا ہونے والے مسائل پر اس کے اثرات بڑے اچھے اور مفید ہیں۔

قرآن مجید اور احادیث سے حاصل ہونے والی معلومات کو ہم جب گنٹھیا کے علاج میں لاتے ہیں تو ہماری دلچسپی کیلئے یہ اہم باتیں سامنے آتی ہیں۔

1۔ جب گلے میں سوزش ہو۔ جراثیم نے ان میں Tonsillitis پیدا کر دیا ہو تو ایسے میں Antibiotics پر وقت ضائع کرنے یا آپریشن کروانے سے بچ کر قسط شیریں استعمال کی جائے۔

2۔ جسم میں قوت مدافعت کو بڑھانے اور اس کے بعد سوزش کو ختم کرنے کیلئے شہد پیا جائے۔

3۔ دل کے Valves کو بچانے یا علاج میں انجیر استعمال کی جائے۔

ان نکات کی روشنی میں ہم نے جب اس بخار یا اس سے پیدا ہونے والے مسائل کا علاج کیا تو اکثر مریضوں کے لیے یہ نسخہ تجویز کیا۔

ایک 13 سالہ لڑکے کو گلے میں سوزش کیلئے

1۔ ابلتے پانی میں بڑا چمچہ شہد۔ نہار منہ اور عصر۔

2۔ مہندی کے پتے ابال کر چھان لیں۔ صبح۔ شام۔ غرارے۔ دو ہفتے۔

3۔ قسط شیریں (پیس کر)

پون چھوٹا چمچہ (3\4) صبح۔ شام کھانے کے بعد۔

اس علاج سے دو ماہ کے عرصہ میں گلے کی سوزش ختم ہو جاتی ہے۔ اگر جوڑ بھی متورم ہوں تو ہر کھانے کے بعد خشک انجیر کے دو دانے۔

غمنی حداری اور دل میں سوزش کیلئے۔ عمر 18 سال

1۔ نہار منہ جو کا دلیا۔ شہد ڈال کر۔ ایک پلیٹ۔

2۔ بڑا چمچہ شہد۔ ابلتے پانی میں۔ عصر کے وقت۔

3۔ قسط شیریں 90 گرام۔

برگ مہندی 5 گرام، حب الرشاد 5 گرام۔ ان کو پیس کر ملا لیں۔ اس میں سے ایک چھوٹا چمچہ صبح، شام، کھانے کے بعد۔

4۔ ہر کھانے کے بعد 3 دانے خشک انجیر۔

سوزش اگر زیادہ ہو تو ان کے ساتھ Penidura - LA کا انجکشن بھی دیا جا سکتا ہے۔

باب 11

التہاب غشاء القلب۔ دل کی جھلی کی سوزش

Pericarditis

قدرت نے دل کو ایک مضبوط، لیسدار، شفاف جھلی میں لپیٹ کر رکھا ہے۔ یہ ایک غلاف کی طرح اس کے اردگرد پھیلی ہوتی ہے۔ لیکن ڈھیلی ہے۔ دل اور جھلی کے درمیان ایک لیسدار رطوبت رکھی گئی ہے تاکہ جھلی اور دل کا بیرونی حصہ ملائم رہے۔ رطوبت کی یہ مقدار 400cc کے قریب ہوتی ہے۔ لیکن گنجائش 600cc تک کی ہے۔ کبھی رطوبت کی مقدار میں اضافہ بھی ہو جاتا ہے۔ جو کہ تندرستی کی حالت میں نہیں ہوتا۔ ایسے غیر طبعی حالات کے لیے جھلیوں میں پھیلنے کی گنجائش موجود ہے۔ ہم نے ایک خاتون کے دل کے اس حصہ سے ڈیڑھ لیٹر (1500cc) پانی نکالا جاتا دیکھا ہے۔

غلاف کی جھلی دو تہوں پر مشتمل ہے۔ بیرونی تہہ مضبوط ریشوں (Fibrous Tissue) سے بنی ہوتی ہے۔ جب کہ اندرونی تہہ مضبوط ہونے کے ساتھ چکنی، مضبوط اور ہر وقت لیسدار رطوبت سے لبریز ہوتی ہے۔

قدرت نے جب دل کو ایک مضبوط جھلی میں ملفوف کر کے رکھا ہے تو اس کے مفید مقاصد بھی ہوں گے۔ دلچسپ بات یہ ہے کہ علم الاعضاء اور امراض قلب کے ماہرین

ابھی تک اس جھلی کے صحیح مقاصد کا پتہ نہیں لگا سکے۔ لوگوں نے کئی ایک قیاسے لگائے ہیں۔ لیکن وہ خود بھی ان سے مطمئن نہیں ہیں۔ یہ غلاف دل کی کارکردگی پر لازمی اہمیت نہیں رکھتا۔ کیونکہ دل کے اپریشن کرتے وقت اسے کاٹ دیا جاتا ہے۔ اپریشن کے بعد تندرست ہونے پر مریضوں کو غلاف کے نہ ہونے سے کوئی مشکل نہیں پڑتی۔ کہا جا سکتا ہے کہ اس کی موجودگی آنتوں کے ساتھ پیوست اپینڈکس کی طرح ہے۔ سوزش ہونے پر جن کی اپینڈکس نکال دی جاتی ہے۔ ان کو آئندہ زندگی میں کوئی تکلیف نہیں ہوتی۔ جس طرح اپینڈکس کو جسم میں کوئی خاص مصروفیت نہیں ہوتی۔ دل کا غلاف ڈھانپنے کا کام کرتا ہے اور شاید اپنے اندرونی دباؤ کی وجہ سے دل کے خانوں کے پھیلاؤ کے دوران کچھ خدمت بھی سرانجام دیتا ہے۔ لیکن جب اسے نکال دیا جائے تو کوئی کمی محسوس نہیں ہوتی۔

چونکہ دل کی بعض بیماریاں یا بے قاعدگیاں روز اول سے ہوتی ہیں۔ دل کے دوسرے حصوں کے برعکس اس غلاف میں بے قاعدگیاں یا خلقی نقائص بہت کم ہیں۔ اندازہ لگایا گیا ہے کہ ہر 10,000 بچوں میں سے صرف ایک میں یہ غلاف نامکمل یا غائب ہوتا ہے۔

حاد التہاب غشاء القلب۔ شدید سوزش

Acute Pericarditis

دل کی اس جھلی میں سوزش خشک یا تر ہو سکتی ہے۔ قدرت نے جھلی کو جسم کے اندر ایک محفوظ مقام پر اس خوبصورتی سے نصب کیا ہے کہ یہ براہِ راست بیمار نہیں ہوتی۔ اس میں اگر کوئی تکلیف ہو تو وہ جسم کی دوسری یا عمومی بیماریوں سے متاثر ہونے کے نتیجہ میں ہوتی ہے۔

اس جھلی میں سوزش عام طور پر جوان عمر میں ہوتی ہے۔ اور اکثریت کو یہ سوزش وائرس کی وجہ سے ہوتی ہے۔ مشاہدات سے معلوم ہوا ہے کہ عام طور پر یہ وائرس Coxsachie-B کی وجہ سے ہوتی ہے۔ غالباً یہ وائرس دل کی اس جھلی کو

زیادہ پسند کرتا ہے۔ کیونکہ کبھی کبھار ایک ہی علاقہ میں متعدد افراد اس کا شکار ہوتے ہیں۔ یہ وائرس مریض کے گلے اور مقعد میں بھی پائے جاتے ہیں۔

سوزش پیدا کرنے والے جراثیم' پھپھوندی کی اقسام اور کیڑوں کے علاوہ تپ دق کے جراثیم بھی جھلیوں میں سوزش کا باعث بن سکتے ہیں۔ جراثیم وہاں تک پھیپھڑوں کی متورم جھلیوں یا سینہ کے غدوددں کی سوزشوں سے داخل ہوتے ہیں۔

دل کی جھلیوں میں سوزش متعدد بیماریوں کی علامت کے طور پر بھی ظاہر ہوتی ہے۔ جیسے کہ جوڑوں کے درد کا بخار Rheumatic Fever ' Rhematorid Arturits' کینسر۔ Scarlet Fever۔ تپ دق' اور دل کا دورہ Gout یورک ایسڈ کی زیادتی سے پیدا ہونے والی بیماریوں میں بھی جھلیاں ورم کر جاتی ہیں۔ اور ان کے درمیان پانی بھر جاتا ہے۔

علامات

چھاتی میں شدید درد' انفلوئنزا کی طرح کی علامات (کھانسی' نزلہ' بخار)۔ اختلاج قلب' فوطوں میں ورم' جلد پر داغ یا پھنسیوں کے علاوہ نمونیہ کی علامات بھی نظر آتی ہیں۔ بعض مریضوں میں سوزش دماغ کی جھلیوں کو لپیٹ میں لے کر سرسام (Enecphalitis) کی شکل میں ظاہر ہو سکتی ہے۔

سینہ کے اندر کی آوازیں سنیں تو چھاتی کے پورے درمیانی حصہ میں دو چیزوں کی آپس میں رگڑ کی آواز آتی ہے۔ مریض جب سانس اندر کی طرف لیتا ہے تو یہ آواز زیادہ نمایاں ہو جاتی ہے۔

دل کی جھلیوں کی مزمن سوزش تقبضی التہاب غشاء القلب

Chronic Constrictive Pericarditis

جسم کے دوسرے اعضاء کی طرح جب غشاءِ قلب میں شدید سوزش ہوتی ہے اور

کچھ عرصہ میں مندمل نہ ہو تو بیماری مزمن شکل اختیار کر لیتی ہے۔ جراثیم کی کچھ قسمیں ایسی ہیں جو شدید قسم کی سوزش پیدا نہیں کرتیں۔ جیسے کہ دق کے جراثیم۔ اس کی وجہ سے پیدا ہونے والی سوزش ابتدا ہی سے مزمن نوعیت کی ہوگی۔

دل کو ڈھانپنے والی جھلی اپنی ساخت میں جوڑوں کے اندر لگی ہوئی جھلی کی طرح کی ہوتی ہے۔ اس لیے جب اس میں سوزش ہوتی ہے تو شکل و صورت میں تبدیلی یکساں نوعیت کی ہوتی ہے۔ جھلی پھول جاتی ہے۔ ایک طرف زردی مائل سرخ اور اس کے اوپر کی تہ پھولی ہوئی سفید۔ دیکھنے میں یوں لگتا ہے جیسے کہ ڈبل روٹی کے ٹوسٹ پر مکھن لگا ہوا ہے۔ انگریزی میں اس کیفیت کو Bread and Butter appearance ہی کے نام سے بیان کیا جاتا ہے۔

جھلی کے معائنہ پر 20-16 فیصدی مریضوں میں یہ بیماری تپ دق کی وجہ سے ہوتی ہے۔ یہ امر بھی ثابت ہے کہ اس صورت حال کو پیدا کرنے میں Pheuamtic Fever یا التہاب شدید کو کوئی دخل نہیں۔ البتہ بعض مریضوں میں جھلی کے نیچے ملنے والے پانی میں Streptococcus قسم کے جراثیم ملتے ہیں۔

سوزش کی وجہ سے جھلی میں ورم آتا ہے۔ قلب اور جھلی کے درمیان پائے جانے والے پانی کی مقدار میں اضافہ ہو جاتا ہے۔ یہ کیفیت ایسی ہے کہ باہر سے دل پر کافی دباؤ پڑنا چاہیے۔ لیکن ایسا نہیں ہوتا۔ پانی کی زیادتی اور جھلی کے سخت جان ہونے کی وجہ سے اندرونی دباؤ میں جتنا اضافہ ہوتا ہے وہ ہر طرف یکساں ہوتا ہے۔ وریدی نظام زیادہ متاثر ہوتا ہے۔ اور پیچھے کے آلات میں دباؤ یا Back Pressure کی وجہ سے جگر بڑھ جاتا ہے۔ پیٹ میں پانی (استسقاء) کی صورت پیدا ہو جاتی ہے۔ جسم کے دور افتادہ حصوں، پیروں پر ورم آجاتا ہے۔

اگر یہ بیماری براہ راست وجود میں آئے تو علامات زیادہ شدید ہوتی ہیں۔ اور زندگی بچنا محال ہوتا ہے۔

چاہی) وہ کہیں گے کہ نہیں۔ پھر کہنا کہ پھر آپ سے یہ بدبو کیسی آ رہی ہے؟ وہ کہیں گے میں نے تو حفصہؓ کے یہاں سے فقط شہد کا شربت پیا ہے۔ تب کہنا کہ ایسا لگتا ہے کہ شہد کی مکھی عرفط کے درخت سے بھی رس چوس آئی ہوگی۔ اور میں بھی ایسا ہی کہوں گی۔ پھر صفیہؓ سے مخاطب کر کے کہا کہ وہ بھی منصوبہ کے مطابق حضورؐ سے ایسا ہی کہے۔ ابھی یہ گفتگو جاری تھی کہ ناگہاں حضورؐ تشریف لے آئے اس وقت میرا جی چاہا کہ ان کو منصوبہ سے آگاہ کر دوں مگر اتنے میں وہ سودہ کے قریب آ گئے اور اس نے کہا "یا رسول اللہ" کیا آپ مغافیر کھا کر آئے ہیں انہوں نے کہا۔ "نہیں" پھر اس نے کہا، تو آپ کے منہ سے یہ بدبو کیسی آ رہی ہے، انہوں نے کہا کہ میں نے تو حفصہؓ کے یہاں سے صرف شہد پیا ہے۔ پھر اس نے کہا ممکن ہے شہد کی مکھی عرفط کے درخت سے رس چوس آئی ہو۔ پھر وہ میری طرف متوجہ ہوئے تو میں نے بھی اسی طرح کہا۔ اس کے بعد جب وہ صفیہؓ کی جانب متوجہ ہوئے تو اس نے بھی وہی کچھ کہا۔

اگلے دن جب وہ حفصہؓ کے گھر گئے اور اس نے ان سے شہد پینے کے بارے میں پوچھا تو انہوں نے کہا کہ مجھے خواہش نہیں۔ اس پر سودہؓ نے کہا کہ اللہ کی قسم ہم نے اسے ان کے لیے حرام کروا دیا۔ میں نے اسے کہا کہ چپ رہے)

یہی روایت امام بخاریؒ نے عبید بن عمیرؒ کے توسط سے حضرت عائشہؓ سے جب بیان کی تو اس میں شہد پلانے والی زوجہ محترمہ کا نام زینبؓ بنت جحش مذکور ہے۔ اور حضرت حفصہؓ کا اسمِ گرامی سودہؓ کی جگہ بیان ہوا۔ اس روایت میں اہم بات یہ ہے کہ انہوں نے سارا منصوبہ سننے کے بعد فرمایا۔

''میں آئندہ کبھی شہد نہ پیوں گا''۔

نبی صلی اللہ علیہ وسلم نے جب اپنے اوپر شہد حرام کرلیا تو اللہ تعالیٰ نے سورۃ التحریم اتاری اور فرمایا کہ بیویوں کی خواہش کو پورا کرنے کے لیے آپ اس چیز کو جو کہ حلال ہے اپنے اوپر حرام نہ کرلیجیے۔

تمام واقعہ یہ بتاتا ہے کہ اللہ تعالیٰ نے شہد کو کتنی اہمیت عطا فرمائی کیونکہ اگر ان کی تصحیح نہ کی جاتی اور وہ آئندہ زندگی شہد سے کنارہ کش رہتے تو ان کی امت کا کوئی شخص شہد پر متوجہ نہ ہوتا اور اس طرح اُمتِ مسلمہ ایک مفید خوراک اور لاجواب دوا سے محروم ہو جاتی۔

کُتب مقدسہ

۔۔۔کچھ اس شخص کے لیے نذرانہ لیتے جاؤ۔ جیسے تھوڑا سا روغنِ بلسان۔تھوڑا سا شہد۔کچھ گرم مصالحہ اور مر۔اور پستہ اور بادام

(پیدائش ۱۲۔۱۱:۴۳)

یہاں پر شہد کو ان چیزوں میں شمار کیا گیا جو اتنی اہمیت رکھتی ہیں کہ ان کو تحفہ میں دیا جائے۔

۔۔۔میں اترا ہوں کہ ان کو مصریوں کے ہاتھ سے چھڑاؤں اور اس ملک سے نکال کر ان کو ایک اچھے اور وسیع ملک میں جہاں دودھ اور شہد بہتا ہے یعنی کنعانیوں اور حتیوں اور اموریوں فرزیوں اور حویوں اور یبوسیوں کے ملک میں پہنچاؤں۔

(خروج ۸:۳)

اسی باب کی آیت نمبر ۱۸،۷ میں اسی بات کی تکرار ہے کہ قوم کو دودھ اور شہد کی نہروں والی مملکت میں آباد کیا جائے گا۔ کیونکہ یہ دونوں چیزیں جنت کی نشانیاں ہیں۔

۔۔۔اور موسیٰ سے کہنے لگے کہ جس ملک میں تو نے ہم کو بھیجا تھا۔ ہم

وہاں گئے اور واقعی دودھ اور شہد اس میں بہتا ہے۔

(گنتی ۱۳:۲۷)

اسی قسم کی ایک جنتِ ارضی کی تعریف میں فرمایا گیا۔

وہ ایسا ملک ہے جہاں روغن دار زیتون اور شہد بھی ہے۔

(استثنا ۸:۸۔۹)

شہد کے فوائد کا ذکر کرتے ہوئے ارشاد ہوا۔

دیکھو میری آنکھوں میں ذرا سا شہد چکھنے کے سبب سے کیسی روشنی آئی۔ (سیموئیل ۱۴:۴۳۔۴۴)

اسی باب میں مذکور ہوا۔

۔۔۔اور شہد اور مکھن اور بھیڑ بکریاں اور گائے کے دودھ کا پنیر داؤد کے اور اس کے ساتھ کے لوگوں کے کھانے کے واسطے لائے۔

(سیموئیل ۲۹۔۱۷)

وہ دریاؤں کو دیکھنے نہ پائے گا۔

یعنی شہد اور مکھن کی بہتی ندیوں کو۔ (ایوب ۲۰۔۱۷۔۱۲۰)

زبورِ مقدس میں شہد کو اہمیت دیتے ہوئے ارشاد ہوا۔

وہ سونے سے بلکہ بہت کندن سے بھی زیادہ پسندیدہ ہیں وہ شہد سے بلکہ چھتے کے ٹپکوں سے بھی شیریں ہیں۔

(زبور ۱۰۔۲۰)

اپنے بیٹے کو نصیحت ہوتی ہے۔

''اے میرے بیٹے تو شہد کھا کیونکہ وہ اچھا ہے۔ اور شہد کا چھتا بھی۔ کیونکہ وہ مجھے میٹھا لگتا ہے۔''

(امثال ۱۳:۲۴)

شہد کو بطور صفت قرار دے کر ارشاد ہوا۔

اے میری زوجہ! تیرے ہونٹوں سے شہد ٹپکتا ہے۔ شہد و شیر تیری زبان تلے ہیں۔

(غزل الغزلات ۴:۱۱)

حضرت عیسیٰ علیہ السلام کی پیدائش کی بشارت اور ان کی خوراک کے بارے میں ارشاد ہوا۔

۔۔۔ وہ اس کا نام عمانویل رکھے گی۔ وہ دہی اور شہد کھائے گا جب تک کہ وہ نیکی اور بدی کے ردّ و قبول کے قابل نہ ہو۔

(یسعیاہ ۔۱۵:۷)

انجیلِ مقدس میں مسیح کے حواریوں کی خوراک کے بیان میں ارشاد ہوا۔

"یہ یوحنا اونٹ کے بالوں کی پوشاک پہنے اور چمڑے کا پٹکا اپنی کمر سے باندھے رہتا تھا۔ اور اس کی خوراک ٹڈیاں اور جنگلی شہد تھا۔

(متی ۔۳:۴)

ارشاداتِ نبویؐ

حضرت عبداللہ ابن عباسؓ روایت فرماتے ہیں۔

نھی رسول اللّٰہ صلی اللّٰہ علیہ وسلم عن قتل اربع من الدواب. النملته، والنحلة والھد ھدو الصور.

(ابوداؤد، داری)

(رسول اللہ صلی اللہ علیہ وسلم نے چار حشرات کو مارنے سے منع فرمایا۔ چیونٹی، شہد کی مکھی، ہدہد اور چڑی مولا)

چیونٹی، ہدہد اور چڑی مولا (غالباً تلیر) چونکہ درختوں کو نقصان دینے والے کیڑوں کو

کھاتے ہیں۔اس لیے ان کو مارنا لوگوں کا خود اپنا نقصان ہے اور یہی کیفیت شہد کی مکھی کے بارے میں ہے۔

حضرت ابوسعید الخدریؓ روایت فرماتے ہیں۔

قد جاء رجل الی النبی صلی اللّٰہ علیه وسلم فقال ان اخی استطلق بطنه فقال رسول اللّٰہ صلی اللّٰہ علیه وسلم اسقه عسلا. فسقاه ثم جاء فقال سقیته فلم یزده الا استطلاقا. فقال له ثلث مراة ثم جاء الرابعة فقال اسقه عسلا فقال لقد سقیته فلم یزده، الا استطلاقا فقال رسول اللّٰہ صلی اللّٰہ علیه وسلم صدق اللّٰہ وکذب بطن اخیک فسقا فبرأ. (بخاری و مسلم)

(ایک آدمی نبی صلی اللہ علیہ وسلم کی خدمت میں حاضر ہوا اور بیان کیا کہ اس کے بھائی کو اسہال ہو رہے ہیں۔ رسول اللہ صلی اللہ علیہ وسلم نے فرمایا کہ اسے شہد پلاؤ۔ وہ پھر آ کر کہنے لگا کہ شہد پینے سے اسہال میں اضافہ ہوا۔ انہوں نے پھر فرمایا کہ شہد پلاؤ۔ اسی طرح وہ حال بیان کرتا تین مرتبہ آ چکا تو چوتھی مرتبہ ارشاد ہوا کہ اسے شہد پلاؤ کیونکہ اللہ تعالیٰ نے سچ کہا ہے اور تمہارے بھائی کا پیٹ جھوٹ کہتا ہے۔ اس نے پھر شہد پلایا تو مریض تندرست ہو گیا)

یہ حدیث علم العلاج اور ماہیت مرض کے بارے میں ایک روشن راہ ہے۔ کیونکہ اسہال کا سبب آنتوں میں سوزش ہے۔ جو کہ جراثیم یا ان کی زہروں یعنی TOXIN یا وائرس سے ہو سکتی ہے۔ اگر ایسے مریض کی آنتوں میں حرکات کو فوری طور پر بند کر دیا جائے تو سوزش بدستور رہے گی یا زہریں وہیں رہ جائیں گی۔ اس لیے علاج کا بہترین طریقہ یہ ہے کہ پہلے آنتوں کو صاف کیا جائے۔ پھر جراثیم مارے جائیں، شہد میں یہ صلاحیت تھی کہ وہ

یہ دونوں کام کرسکتا تھا۔

اسہال کے جدید علاج میں آجکل یہ کوشش ہو رہی ہے کہ بار بار کی اجابتوں سے مریض کے جسم سے نمکیات نکل جاتے ہیں جس کی وجہ سے اس کی موت بھی ہوسکتی ہے یا پانی کی کمی سے گردے بیکار ہو جاتے ہیں۔ اس کا حل یہ تلاش کیا گیا ہے کہ مریض کو نمک اور گلوکوس کا ایک مرکب پانی میں گھول کر بار بار پلاتے ہیں۔ پاکستان میں یہ ORS کے نام سے مشہور ہے۔

شہد میں یہ تمام چیزیں موجود ہیں۔ پانی میں گھول کر شہد دینے کا مطلب یہ ہے کہ مریض کو نمکیات کی مکمل ضروریات کے ساتھ توانائی مہیا کرنے والے عناصر بھی حاصل ہوں اور اس طرح نہ صرف کہ وہ صحیح طریقہ سے تندرست ہوگا بلکہ بعد میں کوئی پیچیدگی یا کمزوری بھی نہ ہوگی۔

حضرت ابوہریرہؓ روایت فرماتے ہیں کہ رسول اللہ صلی اللہ علیہ وسلم نے فرمایا۔

من لعق العسل ثلاث غدوات فی کل شھر لم یصبه عظیم من البلاء. (ابن ماجہ، بیہقی)

(جو شخص ہر مہینہ میں کم از کم تین دن صبح صبح شہد چاٹ لے اس کو اس مہینہ میں کوئی بڑی بیماری نہ ہوگی)

یہ ہمارا ذاتی تجربہ ہے کہ باقاعدہ شہد پینے والے کو دل، گردوں اور پیٹ کی کوئی بیماری نہیں ہوتی۔

حضرت عائشہ صدیقہؓ سے دو اہم ارشادات منقول ہیں۔

کان احب الشراب الی رسول اللّٰه صلی اللّٰه علیه وسلم العسل. (بخاری)

(پینے والی چیزوں میں رسول اللہ صلی اللہ علیہ وسلم کو شہد سب سے زیادہ پسند تھا)

انہوں نے اپنی پوری زندگی میں روزانہ شہد پیا۔ اور ہمیشہ تندرست رہے۔

ان النبی صلی اللّٰہ علیہ وسلم کان یحب الحلوی و العسل. (بخاری)

(نبی صلی اللہ علیہ وسلم کو حلوہ (مٹھاس) اور شہد بہت زیادہ پسند تھے)

حضرت عبداللہ بن مسعودؓ روایت فرماتے ہیں کہ نبی صلی اللہ علیہ وسلم نے فرمایا:

علیکم بالشفائین: العسل والقران.

(ابن ماجہ، مستدرک الحاکم)

(تمہارے لیے شفا کے دو مظہر ہیں۔ شہد اور قرآن)

حضرت جابر بن عبداللہؓ فرماتے ہیں کہ میں نے نبی صلی اللہ علیہ وسلم کو فرماتے سنا کہ:

ان کان فی شیء من ادویتکم خیر ففی شرطة محجم او شربة عسل.

(تمہاری دواؤں میں سے کسی چیز میں بھلائی کا اگر کوئی عنصر ہے تو وہ پچھنے لگانے اور شہد پینے میں ہے)

مسند احمد میں اسی حدیث میں عسل کے بعد مذکور ہے۔

"اولد غة بنار توافق داء وما احب ان اکتوی"

(آگ سے جلانا بھی بیماری کے مطابق ہے۔ مگر میں آگ سے جلانے کو پسند نہیں کرتا)

مسند احمد میں عقبہ بن عامرؓ سے بھی تقریباً یہی الفاظ مروی ہیں۔ بخاری اور ابنِ ماجہ نے یہی ارشاد گرامی الفاظ کے معمولی ردوبدل کے ساتھ حضرت عبداللہ بن عباسؓ سے روایت کیے ہیں۔

الشفاء فی ثلاثة. شربة عسل وشرطة معجم وکیة ناروا انھی امتی من الکی.

حضرت عائشہ صدیقہؓ روایت فرماتی ہیں کہ رسول اللہ صلی اللہ علیہ وسلم نے فرمایا:

ان الحاضرة عرق الكلية اذا تحرك اذى صاحبها فداوها بالماء المحرق والعسل.

(ابوداؤد، مستدرک الحاکم، ابونعیم، الحارث)

(خاصرہ گردے کا ایک اہم حصہ ہے۔ جب اس میں سوزش ہو جائے تو گردے والے کو بڑی تکلیف ہوتی ہے۔۔ اس کا علاج جلے ہوئے پانی اور شہد سے کیا جائے)

خاصرہ سے مراد گردے کا بطن ہے جسے طب میں PELVIS کہتے ہیں۔ محدثین نے جلے ہوئے پانی سے مراد ابلا ہوا پانی لیا ہے۔ مگر صحابہ کرامؓ نے سنت کی پیروی ما "ماءالمحرق" کی جگہ ہمیشہ بارش کا پانی استعمال کیا ہے۔

"کنزل العمال" میں مسند فردوس کے حوالہ سے حضرت انس بن مالکؓ سے ایک روایت کا خلاصہ ان الفاظ میں ملتا ہے۔ جو انہوں نے نبی صلی اللہ علیہ وسلم سے بیان کی ہے۔

درهم حلال يشترى به عسلا و يشرب بماء المطر شفاء من كل داء. (مسند فردوس)

(اپنی حلال کی کمائی کے درہم سے شہد خرید کر اسے بارش کے پانی میں ملا کر پینا تقریباً سبھی بیماریوں کا علاج ہے)

حضرت خشرمؓ بن حسان بن عامر بن مالک بیان کرتے ہیں۔

بعثت الى النبى صلى الله عليه وسلم من وعك بى والتمس منه دواء وشفاء فبعث الى بعكة من عسل.

(مسند عامر بن مالک، ابن عساکر، ابن ابی شیبۃ، ابن مندۃ)

(میں بیمار ہوا تو نبی صلی اللہ علیہ وسلم کی خدمت گرامی میں ملتجی ہوا کہ وہ

مجھے دوا اور دُعا سے فیض یاب کریں۔ انہوں نے جواب میں مجھے شہد کی کپی روانہ فرمائی)

بیمار نے دوا طلب کی تھی۔ جس کے جواب میں شہد عطا فرمایا گیا۔ مطلب صاف ظاہر ہے تم اسے پیو۔ ٹھیک ہو جاؤ گے۔

حضرت علیؓ بن ابو طالب روایت فرماتے ہیں۔

اذا اشتكى احدكم فليسئل امراته ثلاثة دراهم او نحوها فليشتر بها عسلا وليأخذمن ماء السماء فيجمع هنيأ مريا و شفاء و مباركاً.

(ابن المنذر، ابن ابی حاتم، احمد بن الفرات)

(تم سے جب کوئی بیمار ہو تو اپنی بیوی سے تین درہم یا اس سے کچھ کم لے کر اس کا شہد خرید لائے۔ پھر اس میں آسمان کا پانی ملا کر انہیں خلوصِ دل کے ساتھ پی لے کہ مبارک بھی ہے اور شفا کا مظہر بھی)

حمید بن زنجویہ۔ سیوطی اور رزین نے حضرت عبداللہؓ بن عمر کا ایک دلچسپ عمل ان کے غلام نافعؒ سے بیان کیا ہے۔

كان لا يشكو قرحة ولاشيئا الاجعل عليه عسلاحتى الدمل، اذا كان به طلاه عسلا فقلنا له تداوى الدمل بالعسل؟... فقال اليس يقول الله "فيه شفاء للناس".

(وہ جب بھی بیمار ہوئے یا ان کو کوئی زخم ہوتا فوری طور پر علاج کرتے۔ حتیٰ کہ اگر ان کو پھنسی بھی نکلتی تو اس پر شہد لگاتے تھے۔ ہم نے ایک روز تعجب سے کہا کہ کیا آپ پھنسی پر شہد لگاتے ہیں؟ فرمایا! ''کیا خدا تعالیٰ نے یہ نہیں کہا کہ اس میں لوگوں کے لیے شفا ہے'')

مسند احمد بن حنبلؒ میں متعدد روایات اس امر کی ہیں کہ جسمانی کمزوری، تھکن اور

مختلف امراض کے لیے نبی صلی اللہ علیہ وسلم نے کبھی شہد کا شربت اور کبھی دودھ میں شہد ملا کر پیا لوگوں کو بھی ایسے ہی تلقین فرمائی۔

عن ابن عباس قال اول ما سمعنا بالفالوذج ان جبرائیل علیه السلام ارسل الی النبی صلی اللّٰه علیه وسلم فقال ان امتک تفتح علیهم الارض فیفاض علیهم فقال الدنیا حتی انهم لیاکلون من الفالوذج.

"فقال النبی صلی اللّٰه علیه وسلم وما الفالوذج قال یخلطون السمن والعسل جمیعاً. فشهق النبی صلی اللّٰه علیه وسلم لذلک شهقة". (ابن ماجہ)

(حضرت عبداللہؓ ابن عباس روایت کرتے ہیں کہ ہم نے ابھی فالودہ کے بارے میں نہ سنا تھا کہ ایک روز حضرت جبرائیل علیہ السلام نبی صلی اللہ علیہ وسلم کے پاس آئے اور فرمایا کہ آپ کی امت بہت سے ملکوں کو فتح کرے گی اور ان کو بہت زیادہ مال و دولت ملے گی اور وہ فالودہ کھائیں گے۔ نبی صلی اللہ علیہ وسلم نے پوچھا کہ یہ فالودہ کیا ہوتا ہے؟ انہوں نے فرمایا کہ گھی اور شہد کو ملا کر اسے بناتے ہیں اس پر آپؐ رونے کی آواز نکال کر رو دیے۔

حضرت جابرؓ بن عبداللہ روایت فرماتے ہیں۔

اهدی للنبی صلی اللّٰه علیه وسلم عسل فقسم بیننا لعقة لعقة فاخذت لعقتی ثم قلت یا رسول اللّٰه ازداد اخری. قال نعم. (ابن ماجہ)

(نبی صلی اللہ علیہ وسلم کے پاس تحفہ میں شہد آیا۔ انہوں نے ہم سب کو تھوڑا تھوڑا چاٹنے کے لیے مرحمت فرمایا۔ میں نے اپنا حصہ چاٹ کر مزید کی عرض کی اور انہوں نے قبول فرمائی)

نبی صلی اللہ علیہ وسلم سے تعلیم پانے والے صحابہ کرامؓ بھی شہد کو بہت پسند کرتے تھے۔

امہات المومنینؓ میں اس کی پسند کا یہ عالم تھا کہ ایک صاحب مسئلہ پوچھنے حضرت عائشہؓ صدیقہ کے پاس گئے تو دیکھا کہ وہ ایک اندھے کو سنگترے کی قاشیں چھیل کر ان کو شہد میں ڈبو کر کھلا رہی ہیں۔ پوچھنے پر معلوم ہوا کہ یہ نابینا حضرت ام مکتومؓ ہیں جن کے خلوص کو اللہ تعالیٰ نے اتنی اہمیت دی کہ ان کے متعلق قرآن مجید کی ایک سورۃ نازل ہوئی۔ اور اسی اہمیت کے اعتراف میں وہ ان کی ذاتی طور پر خاطر و مدارت کر رہی تھیں۔ خاطر داری کے لیے انہوں نے سنگترہ پسند فرمایا جو کہ عرب میں اب بھی نہیں ہوتا۔ اس لحاظ سے وہ تحفہ چیز تھی جس کے ساتھ شہد ملا کر اس کی لذت اور افادیت میں اضافہ ہو گیا۔

محدثین کے مشاہدات

جب عوف بن مالک الاشجعی بیمار ہوئے تو اپنے بیٹے سے کہا کہ وہ کسی گھر سے بارش کا رکھا ہوا پانی مانگ لائے۔ اس نے مقصد پوچھا تو فرمایا۔ اللہ تعالیٰ نے فرمایا ہے:

"وانزل من السماء ماء مبارکۃ".

(ہم نے آسمان سے ایک برکت والا پانی اتارا ہے)

پھر فرمایا کہ شہد لاؤ اور اس کو توضیح میں فرمایا کہ قرآن مجید نے اس کی اہمیت کی سند یوں عطا کی ہے۔

"فیہ شفاء للناس"

(اس میں لوگوں کے لیے بیماریوں سے شفاء ہے)

اس کے بعد زیتون کا تیل طلب فرمایا اور اس کی وجہ یہ بتائی کہ قرآن مجید نے اسے کتنی اہمیت عطا کی ہے۔

"من شجرۃ مبارکۃ زیتونۃ".

(یہ زیتون کے مبارک درخت سے ہے)

انہوں نے ان تینوں چیزوں کو ملایا اور پی گئے۔ دو تین دن میں تندرست ہو گئے یہ

واقعہ ابوالعباس احمد بن علی العبیدی المقریزی نے بیان کیا ہے اور بتایا ہے کہ حضرت عوفؓ بن مالک ہمیشہ شہد کا سرمہ لگایا کرتے تھے۔

ابنِ کثیرؒ نے حضرت علیؓ کا ایک نسخہ بیان کیا ہے کہ مریضوں کو ہدایت کرتے تھے کہ قرآن مجید کی کوئی آیت کاغذ پر لکھ کر اسے بارش کے پانی سے دھو کر اس پانی میں شہد ملا کر پی لیں شفایاب ہو جائیں گے۔

جامع الاصول میں حضرت عبداللہ بن عمرؓ کا نسخہ مذکور ہے کہ قرآن مجید کی کوئی بھی آیت لکھ کر اس پر شہد لگا دیا جائے۔ پھر اس کو چاٹ لیں شفا ہو جائے گی۔

نبی صلی اللہ علیہ وسلم نے چونکہ قرآن مجید اور شہد کو شفا کا مظہر قرار دیا ہے اس لیے ان دونوں بزرگوں نے قرآن مجید کی صفت شفا سے استفادہ حاصل کرنے کے لیے اس کے ساتھ شہد کو شامل کر لیا۔ کیونکہ اس کی شفاء کا انکشاف بھی قرآن مجید نے کیا اور وہ خود اپنی خاصیت کا یوں اظہار کرتا ہے۔

"ما ھو شفاء ورحمۃٌ للمؤمنین"۔

(اس میں شفا کے علاوہ اور کچھ نہیں لیکن یقین کرنے والوں کے لیے)

محدثین کرام نے زیادہ توجہ اس حدیث پر دی ہے جس میں ابوسعید الخدریؓ اسہال کے مریض کی تین چار مرتبہ آمد کے بعد شفاء بیان کرتے ہیں۔ اس حدیث میں نبی صلی اللہ علیہ وسلم کا یہ ارشاد کہ کذب بطن اخیک۔ اس امر کی دلالت کرتا ہے کہ شہد ایک یا دو مرتبہ پلانا بیماری کو جڑ سے اکھاڑنے کے لیے کافی نہیں۔ ضرورت اس کی تھی کہ وہ بار بار پیے تاکہ بیماری پیدا کرنے والے جراثیم ہلاک ہو جائیں۔ اس کے بعد شہد کی مزید مقدار اس لیے مطلوب ہوئی کہ وہ ان مردہ جراثیم اور ان کی زہروں کو پیٹ سے نکال دے اور اس طرح مریض کو شفا طبی نقطہ نظر سے مکمل طور پر ہوئی۔ کیونکہ اجابتوں کی کثرت کو کم کر دینا علاج نہ تھا۔ یہ مظاہرہ اس اہم حقیقت کی دلالت کرتا ہے کہ شہد پیٹ میں موجود مختلف بیماریوں کے جراثیم ہلاک کرتا۔ آنتوں کے زخموں کو مندمل کرتا اور تندرستی کو بحال کرتا ہے۔ یہ علاج

اسہال کے درجہ اوّل اور ثانیہ میں از حد مفید رہے گا۔

آج تک کے اطباء کا طریقہ یہ رہا ہے کہ وہ اسہال کے مریضوں کا علاج ایسی ادویہ سے کرتے ہیں جو قابض ہوتی ہیں اور مریض بھی یہی چاہتا ہے کہ بار بار کی حاجت سے نجات پائے۔ مگر یہ عمل مریض کی اپنی صحت کے لیے خطرناک ہے۔ کیونکہ آنتوں کی حرکات کو روک کر دل کو مفلوج کیا جا سکتا ہے۔ دوسری صورت میں جراثیم وہاں مقیم رہ کر مستقل طور پر سوزش پیدا کرتے رہیں گے اور ان کی زہریں اعصابی نظام کے لیے مستقل خطرہ بنی رہیں گی۔ اس علاج سے یہ ثابت ہوتا ہے کہ نبی صلی اللہ علیہ وسلم کو وحی الٰہی سے علم طب پر مکمل عبور حاصل تھا اور انہوں نے وہی کچھ کیا جو ایک حاذق اور معاملہ فہم معالج کو کرنا چاہیے۔

بہترین شہد فصل ربیع کا ہے۔ اس کے بعد موسم گرما کا اور پھر سردی کا۔ اطباء اس امر پر متفق ہیں کہ یہ بہترین دوا اور بہترین ٹانک ہے۔ کیونکہ یہ جسمانی قوتوں کو جلا دیتا ہے۔ یہ مقوی بدن ہے۔ معدہ کو طاقت دیتا ہے۔ بھوک بڑھاتا ہے۔ بوڑھوں کو توانائی اور مخرج بلغم ہے۔ پیٹ کو نرم کرتا ہے۔ باؤلہ پن میں مفید ہے۔ یہ ادویہ کو حل کر کے ان کے اثرات کو بڑھانے کا بہترین ذریعہ ہے۔ اگر اس میں گوشت رکھ دیا جائے تو تین ماہ تک اسے گلنے نہیں دیتا۔ اسی طرح یہ تین ماہ تک سبزیوں کو بھی محفوظ رکھ سکتا ہے۔ اس لیے علماء نے اسے ''الحافظ الامین'' کا لقب دیا ہے۔

اگر اسے جسم پر لگایا جائے تو یہ ایک عظیم نعمت ہے۔ جوؤں کو مار دیتا ہے۔ بال ملائم اور لمبے کرتا ہے۔ اس کا سرمہ آنکھوں کو روشن کرتا ہے۔ اس کا منجن دانتوں کو چمکاتا اور مسوڑھوں کی حفاظت کرتا ہے۔

نبی صلی اللہ علیہ وسلم نے جب شہد کے بارے میں یہ ارشاد فرمایا کہ:

"علیکم بالشفائین: العسل والقرآن".

تو یہ اس امر کی دلالت کرتا ہے کہ ایک روحانی امراض کے لیے دوسرا جسمانی کے لیے یکساں طور پر مفید ہی نہیں بلکہ دونوں اقسام کی صحت کو تحفظ دیتا ہے۔ شہد کو اگر غذا کہیں تو

مکمل غذا ہے۔ اگر اسے مشروب قرار دیں تو مفرح اور مقوی مشروب ہے اور پیاس کو تسکین دیتا ہے۔ جسم سے صفراء کو زائل کرتا ہے۔ محدثین نے سرکہ کو اس کا مصلح قرار دیا ہے۔ اسے صبح نہار منہ کھانا یا پینا معدہ کو ہر قسم کی غلاظت سے پاک کر دیتا ہے۔ جگر، گردوں اور مثانہ سے غیر مطلوبہ عناصر کو خارج کرتا ہے۔ محدث عبداللطیف بغدادیؒ کہتے ہیں کہ اکثر بیماریوں میں شہد دوسری چیزوں سے اس لیے افضل ہے کہ یہ جسم کے سدوں کو کھولتا۔ غلاظتوں کو حل کر کے نکالتا اور جسم کو دھو کر صاف کر دیتا ہے اور اطباء عرب نے اسے اس لیے بھی فضیلت دی ہے کہ:

كان رسول الله صلى الله عليه وسلم يشرب كل يوم قدح عسل ممزوجا بالماء على الريق. (ابن القیم، ذہبی)

(رسول اللہ صلی اللہ علیہ وسلم صبح نہار منہ پانی میں شہد گھول کر اس کا پیالہ پیا کرتے تھے)

ان کے اس عمل کو سامنے رکھیں تو ہماری توجہ ان کی تندرستی اور اپنی صحت کو قائم رکھنے کے امور کی جانب مبذول ہو جاتی ہے۔ اس غرض کے لیے وہ شہد کے علاوہ کم کھاتے تھے۔ کھجور یا منقہ کا پانی پیتے تھے۔ تیل پیتے تھے۔ سرمہ لگاتے تھے۔ پیدل چلتے تھے اور گندی غذا اور چکنائیوں کی کثرت سے پرہیز کرتے تھے۔

وہ طب الاجساد اور طب الارواح پر دسترس رکھنے کے ساتھ ان کو عملی طور پر دکھاتے تھے تاکہ لوگ زمینی اور روحانی امراض سے محفوظ رہیں۔

محدثین کہتے ہیں کہ اللہ تعالیٰ نے شہد میں مختلف بیماریوں سے بچاؤ اور علاج کی جو صلاحیت رکھی ہے وہ اسی طرح ہے جیسے کہ قرآن مجید سینہ کے جملہ مسائل کے لیے خواہ وہ شکوک اور شبہات ہی کیوں نہ ہوں شفا ہے۔

ابن القیمؒ بیان کرتے ہیں کہ شہد ایک ایسی منفرد چیز ہے کہ جو دوا اور غذا ہونے کے ساتھ ساتھ کسی بھی نسخہ میں کسی فکر کے بغیر شامل کی جا سکتی ہے۔ اطباء قدیم نے شہد کا ذکر بطور

مٹھاس کے کیا ہے۔ وہ اس کے جملہ کمالات سے آشنا نہ تھے۔ البتہ مصریوں کے محفوظ کر دینے والے اثرات سے واقفیت تھی۔ کیونکہ یہ لاشوں کے اجسام کو محفوظ رکھ سکتا ہے۔ اس کے فوائد سے مکمل واقفیت عہدِ رسالت اور اس کے بعد ہوئی ہے۔ کیونکہ جب قرآن مجید نے اسے شفاء کا مظہر بتایا اور نبی صلی اللہ علیہ وسلم نے اس کے فوائد کا عملی مظاہرہ دکھایا تو دیکھنے اور سننے والے مجبور ہو گئے کہ اس کے افادات پر ایمان لائیں۔ جب نبی صلی اللہ علیہ وسلم نے یہ قرار دیا ہے کہ قرآن اور شہد میں شفاء ہے تو ان میں ان فوائد کی موجودگی ایک یقینی امر ہے۔ اگر کسی کا قرآن سے علاج کیا جائے تو اس سے شفا حاصل کرنے کے لیے اس پر ایمان اور یقین کا ہونا ضروری ہے۔ کیونکہ قرآن نے اپنی شفائی صفت کے لیے مومنین کی تخصیص کی ہے۔ اور اگر اس سے کسی کو شفا نہ ہو تو اس کا مطلب یہ ہے کہ وہ اس پر خود یقین نہیں رکھتا تھا۔ جیسے کہ حضرت ابو ہریرہؓ روایت فرماتے ہیں کہ رسول اللہ صلی اللہ علیہ وسلم نے فرمایا:

"من لم یستشف بالقرآن فلا شفاه اللّٰه".

اسی موضوع پر ابنِ قانع نے رجاء الغنویؓ سے یہ حدیث بیان کی ہے۔

استشفو بما حمد اللّٰه به نفسه قبل ان یحمده خلقه وبما مدح اللّٰه به نفسه الحمد للّٰه وقل هو اللّٰه احد: فمن لم یشفه القرآن فلا شفاه اللّٰه.

ان دونوں روایات میں قرآن سے شفاء حاصل کرنے کی ترکیب بیان کرنے کے بعد یہ واضح کر دیا گیا ہے کہ جس کسی کو قرآن سے بھی شفاء حاصل نہ ہو سکے تو پھر وہ یہ سمجھ لے کہ اب شفایاب ہونا اس کی قسمت میں نہیں۔

ابن القیمؒ قرآن اور شہد سے شفا کو ایمان اور یقین سے مشروط کرتے ہیں۔ کیونکہ نبی صلی اللہ علیہ وسلم کی طب وحی الٰہی سے وجود میں آئی۔ وہ نبوت کی روشنی ہے۔ جبکہ دوسرے علاج قیافہ پر مبنی ہیں اور یہاں پر کسی غلطی یا شبہ کا کوئی امکان نہیں جب قرآن نے شہد میں

شفاء کا پتہ بتایا اور نبی صلی اللہ علیہ وسلم نے اس کی مختلف صورتوں میں تصدیق کی ہے تو پھر اس پر شبہ کرنا ایمان کی کمزوری کی علامت ہے۔

شہد بلاشبہ ایک جامع اور مکمل غذا ہے۔ یہ جسم سے فاسد مادوں کو نکالنے کے علاوہ زہریلے اثرات سے بچاتا ہے جیسے کہ زہریلی کھمبی کھانے کے بعد یا افیون کا نشہ اتارنے کے لیے اسے پانی میں گھول کر دینا کافی ہے۔ نبی صلی اللہ علیہ وسلم کی عاداتِ مبارکہ کے بارے میں یہ ثابت ہے کہ وہ اسے پانی میں گھول کر پیتے تھے اور ہمیشہ خالی پیٹ یا نہار منہ استعمال فرمایا۔ اس عادت مبارکہ میں حکمت یہ تھی کہ یہ فوراً جذب ہو کر معدہ سے غلاظت کو نکالتا۔ معدہ کے زخم کو صاف کرتا۔ اور جسم کو جملہ امراض سے محفوظ رکھتا ہے اسی عادت کا فائدہ حضرت ابو ہریرہؓ کی روایت سے ظاہر ہوتا ہے کہ جس نے مہینے میں تین روز بھی شہد چاٹ لیا وہ اس ماہ کسی بڑی بیماری میں مبتلا نہ ہوگا''۔

ان کے شہد پینے کی عادت کا فائدہ ان کی حیات مطہرہ کے مطالعہ سے ثابت ہے کہ وہ کبھی ایک دن کے لیے بھی نہ تو بیمار ہوئے اور نہ کسی سفر یا جنگ کے دوران اپنی کمزوری یا تھکن کا اظہار فرمایا وہ نبوت کے عہدہ جلیلہ پر تقریباً ۲۴ سال متمکن اور فائز رہے۔ اور اس طویل عرصہ میں ان کی زندگی کے ہر پل کی خبر ہمیں میسر ہے۔ انہوں نے روزانہ شہد پی کر یہ واضح کر دیا کہ اگر کوئی یہ عادت اپنا لے تو پھر وہ عام طور پر تندرست ہی رہے گا۔

اطباء قدیم کے مشاہدات

قدیم مصر کے حکماء شہد سے واقف تھے۔ لاشوں کے محفوظ کرنے کے عمل میں شہد استعمال کیا جاتا تھا۔ شاہی دستر خوان پر شہد ہمیشہ موجود رہتا تھا اور جب بادشاہ مرتے تھے تو ان کی ضروریاتِ زندگی مقابر میں ان کے ساتھ دفن کی جاتی تھیں۔ کھدائی کے دوران ہر مقبرے سے شہد کی کپیاں برآمد ہوئی ہیں۔ کمال کی بات یہ ہے کہ آٹھ ہزار سال کا عرصہ گزر جانے کے باوجود یہ شہد انسانی استعمال کے قابل پایا گیا۔ اس میں اگر کوئی تبدیلی واقع

باب 12

دل کی رفتار میں بے قاعدگیاں
Cardiac Arrythmias

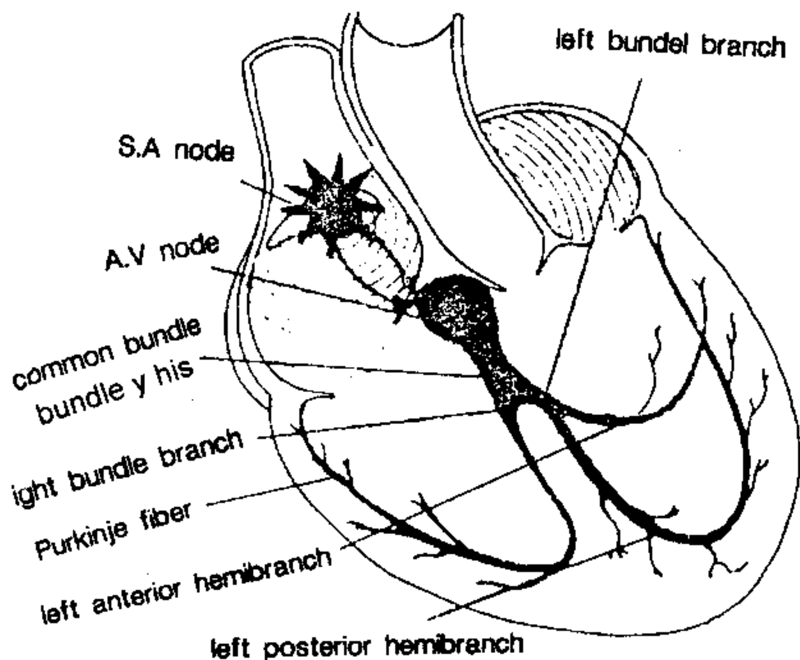
دل کی ساخت مضبوط اور خالص عضلات سے ہوتی ہے۔ ان عضلات کے ریشے آپس میں گندھے ہوتے ہیں۔ اس لئے عام حالات میں جب یہ دھڑکتا ہے تو مکمل اور پوری طرح دھڑکتا ہے۔ ایک عام انسان کا دل ایک منٹ میں تقریباً 80 مرتبہ دھڑکتا ہے اور یہ دھڑکن اور اس کی ترغیب اس کے اندر سے پیدا ہوتی ہے۔ دماغ اور عصبی نظام ان دھڑکنوں کی پیدائش کے ذمہ دار نہیں ہوتے۔ دماغ سے براہ راست نکلنے والے اعصاب کا بارہواں عصب Vagus گردن سے گزر کر چھاتی میں داخل ہوتا ہے تو پھیپھڑوں کو سانس لینے کی ہدایات دیتا ہے۔ پھیپھڑوں کے بعد یہ دل میں داخل ہوتا ہے اور وہاں پر اس کا زیادہ تر تعلق رفتار کو کبھی کبھار متاثر کرتا ہے۔ جیسے کہ گھبراہٹ، پریشانی اور خوف کے دوران اختلاج قلب، یہ تینوں ذہنی کیفیات ہیں اور ان کا دل کی کسی حالت سے کوئی تعلق نہیں۔

شدید نفسیاتی حالتوں میں دماغ دل کی رفتار میں تبدیلی کے احکام جاری کرتا ہے اور Vagus nerve دماغ کے احکام کی تعمیل میں دل کی رفتار میں کمی یا بیشی لاتا ہے۔

دھڑکن کا قلبی نظام

دل میں دھڑکن پیدا کرنے کا سارا بندوبست وہیں پر موجود ہے اور دل کے

عضلات کو سکڑنے، پھیلنے اور درمیان میں رکھنے کی ہدایات کا نظام اس کے اپنے اندر موجود ہے۔ دل کے دائیں اذن میں ایک عصبی مرکز تجویفی اذنی عقدہ Sinoatrial Node (S.A.Node) واقع ہے۔ ہر مرتبہ دھڑکنے کی ہدایت یہاں سے پیدا ہوتی ہے۔ اس کے قریب ایک اور عصبی مرکب Atrioventricular Node (A.V.Node) کو موصول ہوتی ہیں۔ A.V.Node سے ایک سلسلہ نیچے کی طرف چلا جاتا ہے۔ یہ اعصابی ریشے نیچے جاکر دائیں اور بائیں حصوں میں تقسیم ہو جاتے ہیں۔ خاکہ میں نیچے جاکر اسے دائیں اور بائیں بطون میں جاتا ہوا دیکھا جا سکتا ہے۔ اسے Bundle of His کہتے ہیں۔



دل کے اندر دھڑکن کے نظام کا خاکہ

اس کی شاخیں دل کے مختلف حصوں کو چلی جاتی ہیں اور اس طرح جب دھڑکن یا رکنے کے احکام ملتے ہیں تو وہ دل کے تمام حصوں کو پہنچ جاتے ہیں۔

دھڑکن کا حکم S.A.Node سے ہی جاری ہوتا ہے۔ عام حالات میں یہ خودکار ہے لیکن دماغ سے آنے والا ایک عصب پھیپھڑوں سے ہو کر اس مرکز تک آتا ہے اور دل کی

رفتار پر کنٹرول رکھتا ہے۔ ڈر، خوف، دہشت، گھبراہٹ کے مسائل دل کی جائے دماغ سے تعلق رکھتے ہیں۔ لیکن ان ذہنی کیفیات میں دل ڈوبنے لگتا ہے یا مارے دہشت کے اختلاج ہو جاتا ہے۔ حالانکہ یہ کیفیات دل پر کوئی اثر نہیں رکھتیں۔ لیکن دل کو جانے والے عصب کے ذریعے دماغ دل کی دھڑکن کے مرکز کو تیز چلنے یا سست روی کے احکام جاری کر سکتا ہے۔ اسی اثر کے تحت کبھی کبھار رفتار میں کمی بیشی آجاتی ہے۔ ورزش اور دوڑ کے دوران جسم کو زیادہ توانائی کی ضرورت پڑتی ہے جس کو پورا کرنے کے لئے دل کی رفتار میں اضافہ ضروری ہو جاتا ہے۔ یہ عمل دماغ کی ہدایت پر مقامی طور پر انجام پاتا ہے۔

اب یہ بات واضح ہو گئی کہ دل کو دھڑکنے کا حکم اس کے اندر سے ہی ملتا ہے۔ یہ حکم عصبی مرکز S.A.Node سے پیدا ہوتا ہے اور ہز کے بنڈل کی شاخوں کے ذریعہ دل کے تمام حصوں کو مطلع کر دیا جاتا ہے۔ دھڑکن کے اس سلسلہ کو سمجھنے کے بعد اب معلوم کرنا آسان ہو جاتا ہے کہ رفتار میں اگر خرابی واقع ہو تو اس کی نوعیت اور خرابی کے مقام کا پتہ چلانا مشکل نہیں رہتا۔ جیسے کہ :

☆ مرکز سے ہدایات ہی نامکمل یا زیادہ تعداد میں جاری ہوں۔

☆ ہدایات کے ایصالی نظام یا A.V.Bundles میں خرابی کے باعث احکام کی ترسیل میں رکاوٹ آجائے۔

اختلاج قلب۔ سرعت قلب

Palpitation Tachycardia

دل کی اوسط رفتار 80 کے قریب ہوتی ہے۔ آرام کرنے کے دوران اس میں کچھ کمی آجاتی ہے۔ چلنے پھرنے اور اعتدال کی ورزش میں اضافہ ہو جاتا ہے۔ عام حالات میں کسی کو اپنے دل کے دھڑکنے کا احساس نہیں ہوتا۔ لیکن رفتار اگر بڑھنے لگے تو مریض کو دل کے دھڑکنے کا احساس ہونے لگتا ہے۔ رفتار میں جوں جوں اضافہ ہو دھڑکن کا زیادہ شدت سے پتہ چلنے لگتا ہے۔

بیماریوں کے علاوہ ذہنی ہیجان کی مختلف صورتوں جیسے کہ دہشت، گھبراہٹ، ڈر، خوف، غصہ، جنسی ہیجان میں رفتار بڑھ جاتی ہے۔ دل کی رفتار مریض کی قوت برداشت اور سانحہ کی شدت کی مناسبت کے مطابق ہوتی ہے۔ اختلاج کی کیفیات کو اس کے ایک اہم سبب کی روشنی میں قرآن مجید نے بڑے واضح انداز میں بیان فرمایا ہے۔

اذ جاؤکم من فوقکم و من اسفل منکم و اذ زاغت الابصار و بلغت القلوب الحناجر و تظنون باللہ الظنونا. (الاحزاب۔10)

"اور جب دشمنوں کے لشکر تم پر آگے پیچھے یلغار کرتے ہوئے آئے تو تمہاری آنکھوں کی بصارت دھندلا گئی اور دل اس شدت سے دھڑکنے لگے کہ جیسے وہ سینہ سے نکل جانے کو ہوں۔"

وقتی سرعت قلب

Paroxysmal Tachycardia

جب دل میں باربار بے محل ضربات پیدا ہوتی جائیں تو اس کی رفتار تیز ہو جاتی ہے۔ اس کو دورے کی شکل میں اس لئے بیان کیا جاتا ہے کہ صورت حال ایک مختصر عرصہ پر محیط ہوتی ہے۔ کبھی کبھار یہ عرصہ چند منٹوں سے لے کر کئی دنوں تک پھیل سکتا ہے۔ دل کی رفتار میں یہ تیزی چار مختلف مقامات سے شروع ہو سکتی ہے۔

فوق البطنی سرعتِ قلب

Supraventricular Tachycardia

یہ کیفیت نوجوانوں میں دل کی کسی خاص بیماری کے بغیر نمودار ہو سکتی ہے۔ اس لئے عام طور پر کسی سبب کی وجہ نہیں سمجھا جاتا۔ لیکن تکلیف کی ابتدا ناگہانی طور پر کسی ذہنی صدمہ، گھبراہٹ یا حادثہ کے بعد ہوتی ہے۔ یہ ان لوگوں میں زیادہ ہوتی ہے جو کثرت سے چائے، کافی، شراب اور سگریٹ پیتے ہیں۔ دل کی بیماریوں کے علاج میں ڈیجی ٹیلس کھانے

والوں کو دوائی کے برے اثرات کے طور پر بھی یہ کیفیت ہو سکتی ہے۔

علامات

چھاتی میں ہلکا ہلکا درد، گردن تک بوجھ، سر، گردن، پیٹ اور ٹانگوں میں رگوں کے دھڑکنے کا احساس ہوتا ہے۔

جسم ٹھنڈا پڑ جاتا ہے، پسینے آتے ہیں، سر میں چکر، گھبراہٹ اور بیقراری کے ساتھ متلی، پیٹ درد، پیشاب بار بار آتا ہے۔ معائنہ پر دل کی رفتار 200 فی منٹ تک پائی جا سکتی ہے۔



سرعت قلب کے ایک مریض کے دل کی دھڑکنوں کا خاکہ

آسان علاج : مریض کو ذہنی اطمینان دلایا جائے، مسکن ادویہ دی جائیں۔ مریض سانس بند کر کے اس طرح مظاہرہ کرے جس طرح پانی میں ڈبکی لگائی جاتی ہے۔

بطنی سرعت قلب Ventricular Tachycardia

دل کے جن مریضوں کو خون کی کمی زیادہ ہو ان کو دورے کی صورت میں اختلاج قلب بھی ہو سکتا ہے۔

سینہ میں اچانک پھڑکن شروع ہو جاتی ہے۔ بے قراری اور خفقان زیادہ ہوتے ہیں۔ دل کی رفتار 180-200 کے درمیان ہو جاتی ہے۔ آرام، استراحت اور معمولی ورزش سے فرق پڑتا ہے۔ دل کے مریضوں اور بوڑھوں میں یہ کیفیت دھڑکن کو بند کرنے کا باعث بھی ہو سکتی ہے۔ لیکن غشی کا دورہ اکثر پڑ جاتا ہے۔

تجویفی سرعت قلب Sinus Tachycardia

اس میں رفتار زیادہ تیز نہیں ہوتی لیکن جذبات، ہلنے جلنے اور ورزش سے اس میں اضافہ ہوتا ہے۔ تکلیف آہستہ آہستہ بڑھتی اور اسی طرح کم بھی ہو جاتی ہے۔ یہ تکلیف لمبے بخاروں، غدہ درقیہ کی خرابیوں، کثرت سے چائے اور کافی کے استعمال اور اس کے ساتھ پیٹ میں تبخیر کی وجہ سے زیادہ ہو سکتی ہے۔

مریض کو کثرت مطالعہ، ورزش اور جذباتی ہیجان سے بچنا چاہئے۔ غذا میں چکنائیوں، پیٹ میں ہوا پیدا کرنے والی چیزوں اور چاولوں سے پرہیز رہے۔ چائے اور کافی کی اگر عادت پڑ گئی ہو تو اسے کم کیا جائے ورنہ ان کو چھوڑ دینا بہتر ہے۔



دورے کی صورت میں ہونے والے اختلاج قلب
کا نمونہ جس میں دل کی رفتار 180 فی منٹ ہے

باقاعدہ اختلاج قلب کی اقسام کا جائزہ

علامات	Sinus Tachycardia	Supra-ventricular Tachycardia	Ventricular Tachycardia	Trial Intter
1-تکلیف کی ابتدا اور خاتمہ	فوری	ناگہانی	فوری	اکثر فوری
2-ملحقہ امراض قلب	عام طور پر کوئی نہیں	اکثر کوئی نہیں	دل اکثر مریض ہوتا ہے	دل مریض ہوتا ہے
3-دل کی رفتار کی نوعیت	180 فی منٹ یا زیادہ	180 فی منٹ کے قریب	180 کے قریب	150 کے لگ بھگ
4-گردن کے اطراف میں پھڑپھڑاہٹ کی رفتار	دل کے برابر	دل کے برابر	فرق مشکل ہے	گردن میں نبض کی رفتار دل میں بہت کم ہوتی ہے
5-گردن پر دباؤ ڈالنے کے اثرات	رفتار میں کمی واقع ہو جاتی ہے	بے اثر	بے اثر	رفتار میں معمولی کمی دیکھی جاتی ہے

باقاعدگی سے اختلاج قلب کے ان امراض کے علاج اگر اختلاج بے قاعدہ ہو تو موازنہ کی کیفیت یہ ہوگی :

علامات	Ectopic Beats	Atrial Fibrillation	Atrial Flutter	Sinus Arythmias
1-وابستہ امراض	دل کے دورہ، دل پر ادویہ کے برے اثرات	گنٹھیا کے دل پر اثرات غدہ ورقیہ کی خرابیاں بلڈ پریشر اور دل کا دورہ	ساتھ کی بیماریوں جیسے حالات	دل اکثر تندرست ہوتا ہے
2-دل کے مخروطی سرے کی رفتار Apex Beat	120 فی منٹ	120	140	160
3-ورزش کے اثرات	رفتار بہتر ہو جاتی ہے	رفتار میں مزید بے قاعدگی	باقاعدگی ہو سکتی ہے	بہتر ہو جاتی ہے
4-دل کی آوازوں پر اثرات	پہلی آواز ہی سنی جا سکتی ہے	حالت مختلف ہو سکتی ہے	پہلی آواز میں تبدیلی آسکتی ہے	آوازیں حسب معمول
5-دوسری علامات	نبض کی ضربات کے درمیان لمبے وقفے	دھڑکن کے درمیان وقفے تھوڑے تھوڑے عرصہ کے بعد	گردن کی رگوں میں پھڑ پھڑاہٹ صاف نظر آتی ہے	سانس روکنے پر رفتار ٹھیک ہو جاتی ہے

دل کی رفتار میں اضافہ کی دو اہم کیفیات یہ بھی ہیں :

اذنی اہتزازیا ارتعاش Atrial Fibrillation

یہ دل کی رفتار کی ایک سنگین بے قاعدگی ہے۔ دل کے اذن میں واقع مرکز نا مکمل لہریں مسلسل بھیجتا چلا جاتا ہے۔ چونکہ ان لہروں کی رفتار 600 فی منٹ یا ان سے زیادہ بھی ہو سکتی ہے اس لئے لہروں کو لے جانے والے اعصابی ریشے اتنی رفتار لے جانے کے قابل نہیں ہوتے اس لئے اوپر کا حصہ یعنی اذن بڑی رفتار سے پھڑ پھڑاتے رہتے ہیں لیکن یہ رفتار دل کے دوسرے حصوں اور بطن میں نہیں ہوتی۔ لہروں کی ترسیل میں رکاوٹ جزوی طور پر دل میں انسداد یا Heart Block کا باعث ہو سکتی ہے۔

اسباب

دل کی حداری مرض Rheumatic Heart اس کا سب سے بڑا سبب ہے۔

نوجوانوں اور ادھیڑ عمر لوگوں میں گنٹھیا کے اثرات سے دل کا صمام تاجی مسدود ہو کر Mitral Stenosis کی کیفیت پیدا کر دیتا ہے۔ ایسے میں لہریں پیدا کرنے والے مراکز پر اس کے تخریبی اثرات لامحدود دھڑکنیں پیدا کر سکتے ہیں۔

دل کے دورہ کے بعد، بلڈ پریشر کے برے اثرات، غدہ (ورقیہ) کے جوہروں کی زیادتی والا گلہڑ، دل کے غلاف کی سوزش Pericarditis کے علاوہ دل کے والو اور چھاتی کے آپریشنوں کے بعد یہ کیفیت پیدا ہو سکتی ہے۔

زیادہ عرصہ تک ڈیجی ٹیلس کا استعمال شراب نوشی کی کثرت اور زیادہ چائے پینا بھی اس کا باعث ہو سکتے ہیں۔

علامات

دل کی رفتار میں زیادتی کی وجہ سے چھاتی میں بوجھ اور دل کے پھڑ پھڑانے سے گھبراہٹ، بے قراری، سانس لینے میں دشواری، کھانسی اور دل کا دورہ لاحق ہو سکتا ہے۔

رفتار میں شدید بے قاعدگی کی وجہ سے دل کے اپنے افعال اور معمولات متاثر ہو جاتے ہیں۔ جسم کو آکسیجن کی بہم رسانی بری طرح متاثر ہو جاتی ہے۔

ایسے میں مریضوں کو فالج، آواز کی مدش ہو جاتی ہے۔

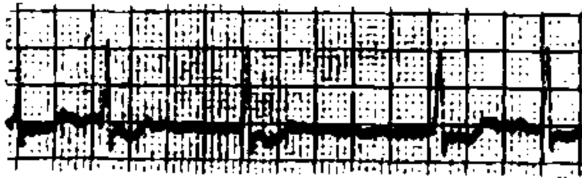
معائنہ پر دل کی آوازیں متاثر ہوتی ہیں۔ گردن کے اطراف میں رگوں کی دھڑکن نمایاں نظر آتی ہے۔

ECG پر دل کا خاکہ نامکمل بنتا ہے اور رفتار زیادہ نظر آتی ہے۔



اس تصویر میں دل کی رفتار 100 سے زیادہ ہے جبکہ خاکہ مکمل نہیں

ذیلی تصویر میں اسی مریض کو ڈیجی ٹیلس دی گئی جس سے نہریں باقاعدہ اور رفتار میں معقول کمی واقع ہو گئی۔



ایسے مریضوں کا دل عام طور پر پھیل جاتا ہے اور ان کے علاج میں بعض مفید اور کارآمد ادویہ کا استعمال ممکن نہیں رہتا۔

اس کیفیت کا صحیح علاج اس کے سبب کی تلاش اور اس کے علاج پر منحصر ہے۔ سبب جانے بغیر Digitalis کے مرکبات دیئے جاتے ہیں اور مرض کی شدت میں کمی آجاتی ہے۔

اذنی رفرفہ

Atrial Flutter

دل کے اذن رفتار میں 350 - 250 فی منٹ کی دوڑ لگا دیتے ہیں۔ اس شدت کی

بالائی رفتار کے ساتھ دل کے بطن بھی رفتار پکڑ لیتے ہیں لیکن اتنی نہیں۔ عام طور پر دونوں کی رفتاروں میں 3:1 کی نسبت ہوتی ہے۔

اس کے اسباب تو وہی ہیں جو اذنی اہتزاز کے سلسلہ میں بیان کئے گئے لیکن یہ تکلیف اکثر دل کی بیماری سے وابستہ ہوتی ہے۔ اکثر مریضوں میں دل کی لہروں کی ترسیل کا نظام بھی متاثر ہو جاتا ہے اس لئے انسداد قلب بھی شامل ہوتا ہے۔ ذیل میں دیئے گئے ECG میں دل کی رفتار میں سرعت کے ساتھ ترسیل میں انسداد بھی واضح نظر آتا ہے۔



علاج میں بھی اذنی اہتزاز والے اصول کو اپنانا مفید رہتا ہے۔ بیماری کا سبب مل جائے تو علاج زیادہ کامیاب ہو سکتا ہے۔

دل کی رفتار میں اضافہ یا اختلاج کبھی کسی خاص سبب کے بغیر بھی ہو جاتا ہے۔ گھبراہٹ بے قراری اور دہشت میں اختلاج قلب ایک عام سی بات ہے۔ ایسے میں طبیعت کو پر سکون کرنے آرام اور تسلی سے فائدہ ہو جاتا ہے بلکہ ان کے ساتھ اللہ کا ذکر کرنا زیادہ مفید رہتا ہے۔

یونانی علاج

زہر مہرہ خطائی ایک گرام، ایک گرام طباشیر کو پیس کر 7 گرام دواء المسک معتدل میں ملا کر کھلائیں اور اس کے ساتھ شیرہ گاؤزبان 5 گرام شیرہ کشنیز خشک 5 گرام صبح کو خمیرہ ابریشم حکیم ارشد والا یا خمیرہ ابریشم شیرہ عناب والا 75 ملی لیٹر کو عرق گاجر اور عرق عنبر - 75

75 گرام اور شربت سیب 25 ملی لیٹر ملا کر دیا جائے۔ شام کو مفرح بارد 5 گرام عرق گاجر 75 ملی لیٹر اور شربت دینار 50 ملی لیٹر ملا کر پلائیں۔ غذا میں مصالحہ دار چیزوں، محرکات چائے،

کافی، قہوہ، شراب سے پرہیز ضروری ہے۔ ذہنی ہیجان، ورزش، کثرت مطالعہ اور T.V دیکھنے سے پرہیز کیا جائے۔

یہ علاج مفرح اور بے ضرر ہے۔ اسے کسی اور علاج کے ساتھ بھی استعمال کیا جا سکتا ہے۔

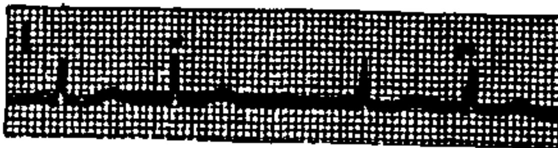
12 دانہ شیرہ کشنیز سبز، 3 گرام دانہ الائچی خورد، 75 ملی لیٹر عرق گزر، 60 ملی لیٹر عرق گاؤزبان میں 25 گرام گلقند ملا کر روزانہ صبح کے وقت دیں اور دونوں سفوف رات کو بھی کھانے کے بعد دیں۔

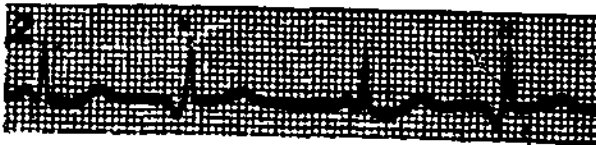
بے محل ضربات Ectopic Beats

(زائد انقباضات) Exrasystoles

ایسے مریض کی نبض دیکھیں تو نبض کی دو چار با قاعدہ ضربات کے بعد ایک آدھ کا وقفہ محسوس ہوتا ہے۔ ایک عام آدمی بھی اسے محسوس کر سکتا ہے۔ ایسے لگتا ہے جیسے نبض بے قاعدہ ہو گئی ہے یا یوں کہیئے کہ دل کی دھڑکن میں بے قاعدگی واقع ہو گئی ہے۔

ماہرین اس کی لمبی چوڑی توضیح کر کے یہ بتاتے ہیں کہ یہ کیفیت دل کی دھڑکن میں کمی نہیں بلکہ اضافی ضرب سے معاملہ گڑبڑ ہو جاتا ہے اس لئے اسے دھڑکن میں خرابی قرار نہیں دیا جا سکتا۔





دھڑکنوں کے درمیان فاصلہ اور راستہ میں نامکمل دھڑکنیں

اس خاکہ میں دل کی دو دھڑکنوں کے درمیان ایک نامکمل سی کمزور دھڑکن نظر آتی ہے جبکہ قوس پوری طرح مکمل نہیں

یہ صورت حال عام طور پر دل میں دھڑکن پیدا کرنے والے مرکز میں خرابی کی وجہ سے پیدا ہوتی ہے۔

اطباء قدیم کے مشاہدہ کے مطابق اس کیفیت کے دوران دل میں بذات خود کوئی خرابی نہیں ہوتی۔ یہ سوء ہضم سے پیدا ہوتی ہے۔ ایسے افراد جو حد سے زیادہ چائے، سگریٹ اور شراب کا استعمال کرتے ہیں۔ ان کی غذائی حالت بھی خراب ہوتی ہے ان کو معدہ میں لیسدار رطوبتوں اور صفراوی مادوں کی وجہ سے یہ تکلیف ہو جاتی ہے۔

ساخت کے لحاظ سے دل کے دو اہم حصے ہیں۔ اذن اور بطن، جدید ماہرین ان بے محل ضربات کو ان دونوں حصوں سے علیحدہ علیحدہ متعلق قرار دیتے ہیں۔

1- اذنی قسم Atrial Variety

بے محل ضربات تندرست دل سے پیدا نہیں ہوتیں۔ یہ دل کے صمام کی ہدش، حمی حداری Rheumatic Fever، غدہ درقیہ کی سوزش، دل کے دورہ اور پھیپھڑوں کی خرابیوں کی وجہ سے پیدا ہوتی ہے۔

2- بطنی قسم Ventricular Variety

یہ دل کی اپنی سوزش، دل کے دورہ، دل کے عضلات کی سوزش، بلڈ پریشر کی زیادتی، عام جسمانی کمزوری، حوادث یا آپریشن کے بعد کی کمزوری کے علاوہ بعض ادویہ کے استعمال سے بھی پیدا ہو سکتی ہے۔ جن ادویہ سے دل میں بے محل ضربات پیدا ہوتی ہیں۔ وہ عام طور پر یہ ہیں :

Digitalis - Quinidine - Procaine - Amphetamines

Adrenaline - Caffeine - Nicotine etc.

کچھ مریضوں میں یہ کیفیت بغیرکسی خاص سبب کے بھی ہو سکتی ہے۔ لیکن جذباتی ہیجان، گھبراہٹ، دوران حمل اسے بے خطر قرار دیتے ہیں۔

ورزش کے دوران دل کی رفتار بڑھنے سے اگر بے محل ضربات ختم ہو جائیں تو ان کو بے خطر جانا جائے اور اگر اچھی بھلی نبض میں معمولی ورزش سے بے قاعدگی پیدا ہو جائے تو اس کا سبب دل کو میسر آنے والے خون میں کمی یاCoronary Insufficiency قرار دیا جائے۔ بعض حالتوں میں بے محل ضربات سے دل کی دھڑکن میں رکاوٹ کا شبہ بھی پڑتا ہے یا کچھ مریضوں میں یہی کیفیت بعد میں انسدادِ قلبHeart Blockکا پیش خیمہ ہوتی ہے۔

علامات

اکثر مریضوں میں بے محل ضربات بغیر کسی اضافی علامت کے دیکھنے میں آتی ہیں۔ دل کی وقتی رکاوٹ کی وجہ سے گھبراہٹ اور دہشت محسوس ہوتی ہے جن کا بلڈ پریشر زیادہ ہوتا ہے ان کو سینہ میں درد، متلی، چکر محسوس ہوتے ہیں۔ مریض کبھی کبھی بے ہوش بھی ہو جاتا ہے۔

یونانی علاج

سونف 6 گرام، کشنیز خشک 6 گرام، طباشیر 6 گرام، دانہ الائچی خورد 6 گرام، سفید چینی 25 گرام کو پیس کر صبح، شام عرق بید مشک کے ہمراہ دیا جائے۔

اس نسخہ کو دیکھیں تو یہ بنیادی طور پر سوءِ ہضم کا علاج ہے۔ البتہ اس میں احتیاط یہ ہے کہ آج کل بازار میں ملنے والی طباشیر بھارت سے آتی ہے جو کہ ولایتی کھاد سے کیمیاوی طور پر بنتی اور مضر ہے۔

دواء المسک معتدل جواہر والی کا ایک چھوٹا چمچ نہار منہ کھلائیں۔ اس کے بعد شیرہ بادیان 2 گرام، شیرہ کشنیز خشک 3 گرام، شیرہ الائچی خورد 2 گرام، شیرہ تخم خرفہ 3 گرام میں عرق گاؤزبان 75 ملی لیٹر اور عرق گلاب 75 ملی لیٹر میں حل کر کے اس میں 25 گرام مصری کا

اضافہ کر کے پلایا جائے۔

جدید علاج

اصل سبب کو تلاش کر کے اس کے مطابق علاج کیا جائے۔آج کل مسکنات اور خواب آور ادویہ کے ساتھ ساتھ Inderal دینے کا رواج ہے۔

تین ڈاکٹروں کو اتفاق سے ایک ہی زمانہ میں احساس ہوا کہ ان کی نبضیں متواتر نہیں۔ایک روز ملے اور تبادلہ امراض کرنے کے بعد میو ہسپتال گئے۔ایسٹ میڈیکل وارڈ میں ان کے ایک دوست متعین تھے۔انہوں نے ان تینوں کی ECG کروائی۔

ان دنوں شعبہ امراض قلب کے سربراہ پروفیسر احمد علیؒ تھے انہوں نے ان کی رپورٹیں دیکھنے کے بجائے لعن طعن کی اور عادات کو درست کرنے کی ہدایت کی۔

ایک صاحب ایک مشہور معالج کے پاس گئے جنہوں نے دو ہفتوں کے لئے In-deral کی گولیاں تجویز کیں۔ دوسرے نے کوئی علاج نہ کیا۔ تیسرا مریض یہ خاکسار تھا۔جس نے صبح، شام ایک چمچ شہد اور ناشتہ میں ایک ماہ تک 7 کھجوریں کھائیں اور بات ختم ہو گئی۔

اس واقعہ کے چھ سال بعد ایک صاحب بدستور Inderal کھا رہے تھے۔ مرض جوں کا توں قائم تھا۔البتہ بلڈ پریشر کا اضافہ ہو گیا تھا۔اس میں کوئی شک نہیں کہ جدید ادویہ سے کئی مریض ٹھیک ہو گئے لیکن یہ مثال بتاتی ہے کہ ٹھیک ہونا ضروری نہیں۔ جدید کے ساتھ دوسرے علاج بھی کر لئے جائیں تو تکلیف میں کمی آسکتی ہے۔

دل کی رفتار میں کمی

انقباض قلب Bradycardia

دل کو دھڑکن کے احکام Sinoatrial Node سے صادر ہوتے ہیں اور ان کی

اطلاع Bundle of His کے ذریعہ دونوں بطون کو جاتی ہے۔ سب سے پہلی خرابی دھڑکن کے احکام کے صادر ہونے پر ہوتی ہے پھر اطلاعی نظام میں رکاوٹ آسکتی ہے۔ یوں اس کے اسباب اور اقسام مختلف ہو جاتے ہیں۔ عام طور پر دل کی رفتار میں کمی کا جائزہ یوں لیا جاسکتا ہے۔

انقباض قلب کے اسباب کا موازنہ

	Sinus Brady-cardia	Partial Heart Block	Complete Heart Block	Sinoatrial Block	Junctional Rythm
وقوع پذیر	کافی تعداد	اکثر ہوتا ہے	اکثر ہوتا ہے	بہت کم	بہت کم
دل کی رفتار	40-60 فی منٹ	40 یا اس سے کم	40 سے کم	40 سے کم	50-60 کے درمیان
اضافی تکالیف	سر میں دباؤ، یرقان، عضلات میں کمزور	خناق، حمی حداری، دل کی نالیوں کی مدش	ساتھ والی بیماری کی مانند	ڈیجی ٹیلس اور ادویہ کے سمیاتی اثرات، نالیوں کی مدش، خناق	ڈیجی ٹیلس کی زیادتی کے اثرات
مریض کی نبض	نارمل	کچھ زیادہ	دھڑکن غیر متوازن	وقفہ کے دوران نبض غائب	کچھ لہریں محسوس ہوتی ہیں

سوزش کے اثرات	رفتار میں اضافہ	فوری کمی آجاتی ہے	معمولی فرق	کبھی ٹھیک ہو جاتی ہے	کوئی اثر نہیں
دل کی آوازیں	نارمل	عام طور پر ٹھیک	پہلی آواز زیادہ تیز سنی جاسکتی ہے	کوئی فرق نہیں	پہلی آواز زیادہ بلند ہوجاتی ہے

دل کی رفتار کو کم کرنے والے اسباب کی روشنی میں جن بیماریوں میں یہ کیفیت دیکھنے میں آتی ہے وہ یہ ہیں :

تجویفی توازن Sinus Bradycardia

یہ بات واضح کی جاچکی ہے کہ دل کی دھڑکن اس کے مرکز Sino Auricalar Node سے شروع ہوتی ہے۔اس لئے بات دھڑکن کے منبع سے شروع کریں تو عین ممکن ہے کہ دھڑکن کے احکامات ہی معمول سے کم تعداد میں صادر ہوتے ہوں۔اس مرکز کا دماغ سے براہ راست تعلق عصب راجع vagus Nerve کے ذریعہ قائم ہے۔اس عصب کی اپنی حرکت، دماغ سے جاری ہونے والے احکام جو دماغ میں دباؤ Myxoedema کی بیماری سوزش والے بخاروں، زیادہ ورزش کرنے، غلاف قلب کی سوزش کو Sick Sinus Syndrome کا نام بھی دیا گیا ہے۔

ان مریضوں میں نبض کی رفتار ایک منٹ میں 60 سے کم ہوتی ہے۔ دل کی بیماریوں کے علاوہ رفتار کو متاثر کرنے والی ادویہ جیسے کہ ڈیجی ٹیلس کیانیڈین وغیرہ کے استعمال سے بلکہ مسکنات کی زیادہ مقدار سے بھی یہ کیفیت ہوسکتی ہے۔

یونانی علاج

دواء المسلک معتدل جواہر والی 5 گرام صبح، شام کے ہمراہ شیرہ بادیان، شیرہ کشنیز خشک، شیرہ الائچی خورد، شیرہ خرفہ سیاہ ہی سے ہر ایک 3 گرام، عرق گاؤزبان 18 ملی لیٹر اور اتنا ہی عرق گلاب ملا کر دیئے جائیں۔ خمیرہ ابراشیم عود صلیب والا بھی مفید قرار دیا جاتا ہے۔

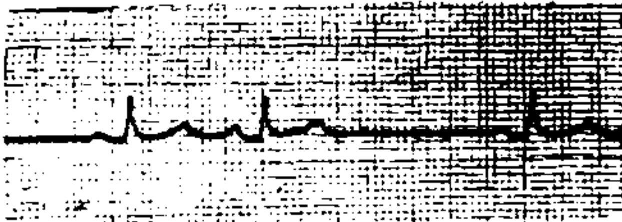
دہلی کے حکماء صندل سفید، گلاب، تخم کاسنی ایک ایک حصہ گل مختوم، طباشیر، بہمن سفید، مرجان کا نصف نصف حصہ۔ لولو، کہربا، مصطگی کا چوتھائی حصہ ملا کر چھان لیں۔ اس کے 3.5 گرام صبح، شام، پانی کے ساتھ دیتے تھے۔

انسداد قلب Heart Block

دھڑکن کا منبع اگر خراب ہو جائے یا دل میں ہونے والی بیماریاں جیسے کہ حمی حداری (Rheumati fever) اس کو متاثر کر دیں تو رفتار خراب ہو جاتی ہے۔ نبض پر ہاتھ رکھیں تو تسلسل نظر نہیں آتا۔ ایک دو ضربوں کے بعد خلاء آ جاتا ہے۔ اس خلاء کی مدت حالات اور بیماری کے مطابق ہوتی ہے۔ ابتدائی کیفیت میں وقفہ قدرے بڑھ جاتا ہے۔ بات بڑھ جائے تو اذن سے بطن تک سلسلہ کو چلانے والا نظام متاثر ہو کر ساری کیفیت خراب کر دیتا ہے۔ اسے جزوی یا مکمل انسداد کی شکل میں بیان کیا جا سکتا ہے۔ رکاوٹ کے محل اور نوعیت کے اعتبار سے ہے۔

تجویفی اذنی انسداد Sino - Atrial Block

مرکز سے دھڑکن کی ہدایت جاری ہوتی ہے لیکن یہ ہدایت آگے نہیں جا سکتی۔ رکاوٹ اس کے اپنے اخراج میں ہوتی ہے۔ یہ کیفیت خناق کی بیماری کی زیروی، دل کو متاثر کرنے والی ادویہ کے اثرات اور دل کے دورہ کی وجہ سے ہو سکتی ہے۔



ایک پوری دھڑکن غائب ہے جبکہ درمیانی وقفہ زیادہ ہے

اذنی بطنی انسداد

Atrio Ventricular Block

دل کے دونوں اذن اور بطن دھڑکن کے احکام سے یکساں متاثر نہیں ہوتے اور ان میں عدم توازن پایا جاتا ہے۔ دھڑکن کے احکام کے ایصال میں رکاوٹ حمی حداری، خناق، دل کے عضلات کی بیماریوں، مضر قلب ادویہ اور پیچش کی دوائی Emetine کی وجہ سے پیدا ہوسکتی ہے۔



دوسرے درجہ کا انسداد قلب

اس کیفیت کو جزوی انسداد قلب بھی کہا جاتا ہے۔

ابتداء میں نبض سست لیکن باقاعدہ ہوتی ہے۔ لیکن اذن اور بطن کے درمیان دھڑکن کا تناسب متاثر ہوکر 1:2 سے 1:4 تک ہوسکتا ہے۔ دل کی آوازیں سننے پر گڑبڑ محسوس ہوتی ہے۔

آدم سٹروک علامیہ

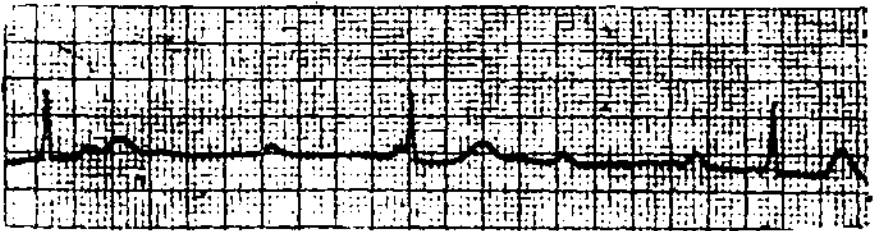
Adam Stroke Syndrome

جب دھڑکن میں کمی بیشی یا بے قاعدگی آتی ہے تو دل اور دماغ کو خون کی بہم رسانی میں کمی آجاتی ہے چونکہ دل اور دماغ کو ہر لحظہ آکسیجن کی زیادہ مقدار کی ضرورت ہوتی ہے۔ اس لئے مریض جلد ہی بے ہوش ہو جاتا ہے۔ مریض کی تشنجی حرکات محسوس ہوتی ہیں اور اگر دوران خون 2 منٹ سے کم عرصہ میں حال ہو جائے تو بچ جاتا ہے ورنہ 3 منٹ یا اس سے زیادہ

کی بندش موت کا سبب بنتی ہے۔ اس کے اسباب کی تعداد تو بڑی لمبی ہے۔ لیکن ہم نے جتنے مریض دیکھے ہیں ان میں سے اکثر میں کوئی بھی سبب تلاش نہیں کا جاسکتا۔

علامات میں گھبراہٹ، تھکن، سر میں ہلکا سا درد، غنودگی، چھاتی میں گھٹن کا احساس، کاٹ کا عرصہ 5 سیکنڈ سے زیادہ ہو تو بے ہوشی، اکثر اوقات مرگی کے مریضوں کی طرح اعضاء میں پھڑ پھڑاہٹ محسوس ہوتی ہے۔ چہرہ زرد۔ جب دوران حال نہیں ہونے لگے تو چہرے پر سرخی آجاتی ہے۔ رکاوٹ کا عرصہ دو منٹ سے زیادہ ہو تو موت واقع ہو سکتی ہے۔ لیکن یہ عرصہ اگر کم ہو تو بھی دماغی اثرات سے جسم پر ہمیشہ کے لئے برے اثرات طاری ہو سکتے ہیں۔

طب جدید میں اس کا ایک ہی یقینی علاج ہے۔ وہ دل کو چلانے کے لئے اس کے ساتھ ایک برقی آلہ Pace Maker نصب کر دیا جاتا ہے۔ دل کی دھڑکن کا ایک خاکہ یہ ہے جس میں دو دھڑکنوں کے درمیان ایک طویل فاصلہ واضح نظر آتا ہے۔



مکمل انسداد قلب

دل کو چلانے والا برقی آلہ Pace Maker

دل کی رفتار اگر اعتدال سے زیادہ ہو تو اس کا دواؤں سے علاج کیا جاتا ہے۔ اگر اس میں کمی آجائے تو جسم میں دوران خون کے پورے نظام میں خرابی آجاتی ہے۔ دماغ کو جب اس

کی ضرورت کے مطابق آکسیجن میسر نہ آئے تو اس کا کوئی نہ کوئی حصہ کام چھوڑ سکتا ہے۔ بد قسمتی یہ ہے کہ دماغ کا کوئی حصہ اگر کام چھوڑ دے تو اس کے نتیجہ میں ہونے والا متاثرہ حصہ کا فالج اکثر مستقل ہوتا ہے۔ یہ اندیشہ مکمل انسداد قلب Heart Block میں زیادہ ہوتا ہے۔

ایک مریض کی ECG اور نبض سے معلوم ہوا کہ اس کا دل 4 سیکنڈ میں پانچ مرتبہ دھڑکنے کی بجائے ایک مرتبہ دھڑکتا ہے۔ دل کے ہسپتال میں ڈاکٹروں نے بیماری کے خطرناک نتائج کا حوالہ دیا لیکن وہ آلہ لگوانے پر راضی نہ ہوا۔

متعدد دواؤں کے استعمال کے باوجود تین دن کے بعد جسم کا پورا دایاں حصہ مفلوج ہو گیا چند دن میں سانس کی آمدورفت بھی بند ہو گئی۔

دل کی رفتار میں کمی صرف رفتار کا مسئلہ نہیں بلکہ زندگی پر اثرانداز ہو سکتا ہے۔ دل کے اس سست رفتاری پر غور کریں تو مرض کا منبع براہ راست دھڑکن کی ہدایت جاری کرنے والے مرکز Sino Auricular Node میں بھی ہو سکتا ہے اور عین ممکن ہے کہ مرکز تو بروقت اور اعتدال کی ہدایات جاری کرتا ہے لیکن وہ ریشے جو اذن سے بطن تک ان ہدایات کو لے کر جاتے ہیں وہ متاثر ہوں تو مرکز کی بات آگے نہ چلتی ہو جسے Atrio Ventricular Block کہہ سکتے ہیں۔

ضرورت اس امر کی تھی کہ ہر مقام پر تحریک دینے والی ادویہ تلاش کی جائیں۔ جب ڈاکٹر کامیاب نہ ہو سکے تو ان کی امداد پر انجینئر آئے اور انہوں نے دل میں برقی نظام کو سمجھنے کے بعد اسے تحریک دینے کا ایک آلہ تیار کر لیا۔ ابتداء میں یہ آلہ صرف ان مریضوں کے لئے کارآمد تھا جن میں مرض کا مرکز تلاش کر لیا گیا ہے۔ 50ء کی دہائی میں یہ آلہ ایجاد ہوا اور چند سالوں میں اسے مفید بنا لیا گیا کہ نقص خواہ کسی جگہ پر ہو یہ سب جگہوں کے مسئلہ کو حل کر سکتا ہے۔ اب جو آلے آئے ہیں وہ سست رفتاری کے ہر قسم کے مریض کی مشکل آسان

کر سکتے ہیں۔

اندازہ لگایا گیا ہے کہ اس وقت دنیا کے تقریباً 12 لاکھ افراد کے دلوں کے ساتھ یہ آلہ پیوستہ ہے اور ان میں سے آدھے امریکہ میں ہیں۔

برقی آلہ لگانے کا طریقہ

یہ آلہ جسامت میں عام ماچس کی ڈبیہ کے برابر بیضوی شکل کا ہے جس میں دل کے مختلف حصوں کے نشان بنے ہیں اسے کسی خاص حصے کے لئے مخصوص بھی کیا جا سکتا ہے اور یہ بھی ممکن ہے کہ یہ ہر حصہ پر یکساں اثر انداز رہے۔

جب یہ فیصلہ کر لیا جائے کہ مریض کے دل کی دھڑکن کو قائم رکھنے میں ادویہ ناکام ہو چکی ہیں اور اسے جاری رکھنے کے لئے کسی فوری امداد کی ضرورت ہے تو مریض کو یہ آلہ یعنی Pace Maker خریدنے کا کہا جاتا ہے۔ یہ ایک ننھا سا کمپیوٹر ہے جس میں لگی بیٹری دل کی اپنی طاقت کے مطابق برقی محرکات جاری کرتی ہے۔

لاہور میں آج کل یہ آلہ -/50,000 روپے کا آتا ہے۔

میں نے یہ آلہ نصب کرنے کا عمل میو ہسپتال کے شعبہ امراض قلب میں دیکھا۔ وہاں پر اس برقی آلہ کو نصب کرنے کے سپیشلسٹ ڈاکٹر حسن البناء ہیں۔ مریض کے بائیں کندھے کے ذرا نیچے سامنے کی طرف 4 انچ کا قطعہ سن کر لیا گیا۔ پھر ڈاکٹر حسن البناء نے چاقو سے 2 انچ لمبا کٹ لگا کر یہ آلہ اندر پھنسا دیا اس کی تاروں میں خون کی ایک بڑی نالی میں شگاف لگا کر اندر داخل کر دیا گیا۔ ان تاروں کو ایکسرے کی سکرین کی راہبری میں دل تک پہنچا دیا گیا۔ اس پورے عمل کے دوران مریض ہوش میں ہونے کے باوجود اطمینان سے لیٹا رہا۔ جب ایکسرے سے یہ پتہ چل گیا کہ آلہ کی تاریں اور ان کے Terminal مطلوبہ جگہ پر پہنچ گئے ہیں تو مریض کی نبض دیکھی گئی۔ پھر ان کا ECG لے کر دل کی رفتار کی باقاعدگی کا جائزہ لیا گیا۔ یہ سارا عمل ایک گھنٹہ میں مکمل ہوا اور وہ دل جس کی سست رفتاری کا باعث Adam

Storke Syndrome صحیح رفتار سے چلنے لگا۔ مریض کی نبض یا ECG سے ہر طرح کی تندرستی ظاہر ہوتی تھی۔

جنوب مشرقی ایشیا میں یہ آلہ سب سے پہلے اردو کے مشہور ادیب کرشن چندر کو ممبئی میں لگایا گیا۔ وہ اس آلہ کے ذریعہ کئی سالوں تک ایک نارمل زندگی گزارتے رہے۔ آخر میں دل کے دورہ سے انتقال ہوا۔

دل کی رفتار کو چلانے والا یہ آلہ تقریباً دس سال کام دیتا ہے۔ پہلے میرا خیال تھا کہ مریض کی متوقع زندگی 10 سال ہوتی ہے جب اس سلسلہ میں ڈاکٹر حسن البناء سے سوال کیا گیا تو انہوں نے بتایا کہ وہ تقریباً 13 سالوں سے 2000 سے زائد مریضوں کو یہ آلہ لگا چکے ہیں۔ ان میں سے اکثر کے آلے 10 سالوں میں خراب ہو گئے یا ان کی بیٹریاں کمزور پڑ گئیں۔ جب یہ آلہ کمزور ہو جائے تو اوپر کٹ لگا کر بیٹری والی ڈبیہ تبدیل کر دی جاتی ہے۔ عام طور پر اندر کی تاروں کو نہیں چھیڑتے۔ امریکہ میں یہ آلہ بغل میں نصب کیا جاتا ہے۔

دل کی رفتار کو کنٹرول میں رکھنے والے اس آلہ کو لگانے کے بعد نبض کی رفتار ایک مقام پر مستقل ہو جاتی ہے۔ عام حالات میں ہر شخص کی نبض کی رفتار میں کمی بیشی ہوتی رہتی ہے۔ بیماری پر وہ کمزور ہوتی ہے لیکن آلہ لگنے کے بعد نبض رفتار میں کوئی کمی بیشی میں آئی۔

دل چلانے والے آلہ کے بارے میں ہدایات

جن لوگوں کو یہ آلہ مجبوری کی وجہ سے لگا ہے ان کو ہمیشہ بڑی محتاط زندگی گزارنی چاہئے۔ اس آلہ کے کمپیوٹر کو چلانے کے لئے اندر ایک بیٹری لگی ہے۔ کہتے ہیں کہ اس بیٹری کی عمر 10 سال ہے۔ یہ 10 سال تک کام دیتی ہے۔ بشرطیکہ اس کی مناسب دیکھ بھال کی جائے۔ اگر ان احتیاطوں پر عمل کیا جائے تو ایک لمبی خوشگوار زندگی گزاری جاسکتی ہے۔ یہ آلہ چونکہ جسم میں شگاف ڈال کر نصب کیا جاتا ہے اس لئے کسی خرابی پر اسے کھولنا یا ٹھیک کرنا آسان کام نہیں۔

1- اس آلہ کی بیٹری بہت زیادہ ٹھنڈک یا گرمی برداشت نہیں کرسکتی اس لئے مریض کسی ایسے مقام پر نہ جائے جہاں کا درجہ حرارت نقطہ انجماد سے کم ہو یا بہت زیادہ ہو۔ مریض کو 0° سنٹی گریڈ سے 40° سنٹی گریڈ کے درجہ میں رہنا چاہئے۔ گرمی زیادہ ہو تو وہ گھر سے باہر نہ نکلے۔

2- برقی اور مقناطیسی لہریں اس کی بیٹری کو مفلوج کرسکتی ہیں۔ ان خدشات سے بچنے کے لئے مریض کو Microwave Oven اور لہروں والے دوسرے برقی آلات سے دور رہنا چاہئے۔ اسی طرح بڑے بجلی گھروں Grid Stations میں داخل نہیں ہونا چاہئے۔ ٹیلی ویژن کو قریب سے دیکھنا بھی نقصان دہ ہوسکتا ہے۔

3- ہوائی اڈوں پر مسافروں کی اسلحہ کے لئے پڑتال کی جاتی ہے۔ ان آلات سے بیٹری متاثر ہوسکتی ہے جس جگہ پر بھی مقناطیسی آلات سے پڑتال ہو مریض وہاں نہ جائے یا چیک کرنے والوں کو اپنی بیماری اور آلہ کا کارڈ دکھا کر اس مرحلہ سے نہ گزرے۔

دل کی رفتار کی بے قاعدگی

اور

طب نبویؐ

دل کی بیماریوں کے علاج اور ان سے بچاؤ کی کوئی بات اس وقت تک مکمل نہیں ہوتی جب تک کہ اس میں نبی ﷺ کا ذکر نہ کیا جائے۔ جب ہم ان بیماریوں کے علاج، تشخیص اور حفاظتی اقدامات کی تاریخ دیکھتے ہیں تو شروع میں ارسطو، افلاطون وغیرہ کا تذکرہ ملتا ہے لیکن وہ ان کے بارے میں کوئی ایسی بات کبھی بھی بتا نہیں سکے جو جامع اور مکمل ہو۔ ارسطو نے جانوروں کی زندگی کا مطالعہ کیا۔ اس نے جانداروں کے اجسام کی کارکردگی کو جاننے کے لئے چیر پھاڑ کا علم جاری کیا۔ اس نے شکم مادر میں بچے کی نشوونما کا مطالعہ کیا اور جنینیات Embryology کی سائنس ایجاد کی۔ وہ پرخوری اور چکنائیوں کی زیادتی کو بیماریوں کا سبب تو قرار دیتا ہے لیکن ان سے بچنے اور علاج کا کوئی یقینی راستہ بتانے سے قاصر رہا۔

دل کی رفتار کی بے قاعدگیوں میں کمی اور بیشی، دونوں صورتیں آجاتی ہیں۔ ان صفحات میں ان کے اسباب کا جائزہ لیا گیا تو معلوم ہوا ڈیجی ٹیلس کوینڈین وغیرہ رفتار کو قابو میں رکھنے کا بہترین ذریعہ ہیں اور جب بیماریوں کے اسباب دیکھیں تو پتہ چلتا ہے کہ بعض اوقات انہی ادویہ کا استعمال ہی ان کا باعث رہا ہے۔ کمال کی بات یہ ہے کہ کمی اور بیشی، دونوں صورتوں میں یہی ادویہ مورد الزام قرار دیا گئی ہیں۔ بے محل ضربات کے اسباب میں چائے، کافی اور ہاضمہ کی خرابیوں کا تذکرہ ملتا ہے۔ کہتے ہیں کہ دل میں دھڑکن تو ہوتی ہے لیکن وہ درمیان میں اتنی کمزور ہوتی ہے کہ نبض میں محسوس نہیں ہوتی۔ تو ضرورت اس امر کی ہے کہ نظام انہضام کو درست کیا جائے اور چائے کی کثرت یا کافی سے اعصاب میں خیزش پیدا ہوئی ہے اس کو دور کیا جائے۔

اس مصیبت کاآسان حل یہ ہے :

1- نہار منہ جو کادلیا، شہد ڈال کر اور 6-4 کھجوریں

2- بڑا چمچہ شہد، ابلے پانی میں، عصر کے وقت

اکثر مریضوں کے لئے اتنا علاج ہی کافی رہتا ہے۔ پیٹ سے تیزابیت اور آنتوں میں خیزش کو دور کرنے میں یہ نسخہ اکسیر ہے۔ ضرورت پڑنے پر یہ نسخہ اضافہ میں دیا جاسکتا ہے۔

کلونجی..........80 گرام

کاسنی کا بیج..........5 گرام

قسط شیریں..........30 گرام

برگ مہندی..........5 گرام

ان کو ملا کر پیس کر ایک چھوٹا چمچ (4 گرام) صبح، شام کھانے کے بعد۔

حکیم جالینوس کا قاعدہ تھا کہ وہ پیٹ کے مریضوں کو شہد اور کلونجی ملا کر دیا کرتا تھا۔ بعد میں جب اس نے جوارش جالینوس کا نسخہ ترتیب دیا اس میں قسط شیریں بھی شامل کر دی۔

ہمارے لئے اہمیت کی بات یہ تھی کہ نبی علیہ السلام نے کلونجی کو شفا کا مظہر قرار دیا ہے۔ کراچی یونیورسٹی میں ڈاکٹر حبیب الرحمان نے کلونجی کے فوائد کا جائزہ لینے کے بعد اسے خون کی نالیوں کی خرابیوں کی مفید دوا ہونے کے علاوہ مقوی اعصاب بھی پایا ہے۔

دل کے عضلات کی کمزوری اور سوزشوں کے لئے قسط متفقہ دوا ہے۔ مہندی بھی دافع تعفن ہے۔

دل کی رفتار میں زیادتی یا اختلاج میں کلونجی کا یہ مرکب ہمیشہ مفید پایا گیا۔ جب دل سست چل رہا ہو اور اس سست رفتاری کے نتیجہ میں دوران خون متاثر ہو رہا ہو تو شہد کھجوریں اور جو کا دلیہ نالیوں کو طاقت دیتے ہیں۔ وہ اعصابی مرکز کو تقویت دے کر صحیح رفتار پر چلنے کے قابل بنا دیتے ہیں۔

باب 13

دل کے اندر کی سوزش

Infective Carditis

سرایتی التہاب بطانۃ قلب

جراثیم جب جسم کے اندر جاتے ہیں اور مریض کی قوت مدافعت کم ہو تو وہ کسی بھی جگہ رک کر سوزش پیدا کر سکتے ہیں۔ جیسے کہ شکر کے مریضوں کی قوت مدافعت کم ہونے کی وجہ سے ان کے جسم پر پھنسیاں نکلتی رہتی ہیں یا ایک بڑی پھنسی کاربنکل (Carbuncle) کی شکل میں ظاہر ہو جاتی ہے۔

جسم کے دیگر اعضاء کی طرح جراثیم جب خون میں داخل ہو جائیں تو دل کے اندر بھی سوزش پیدا کر سکتے ہیں۔ یہ سوزش دل کے والو یا عضلات میں کسی بھی جگہ شروع ہو سکتی ہے جس طرح سوزش کی وجہ سے جسم میں کہیں پھوڑا بن سکتا ہے۔ اسی طرح دل کے اندر یا باہر پھوڑا بن سکتا ہے۔ سوزش کی وجہ سے دل میں پھنسیاں نکل آتی ہیں البتہ پھوڑا کبھی کبھار بنتا ہے۔

اس سوزش کو پہلے شدید اور Sub Acute Bacterial Endocar-ditis کے ناموں سے موسوم کیا جاتا تھا اب اس کا آسان اور معقول نام "دل کے عضلات کی

سوزش'' مروج ہے۔

اسباب :

بنیادی طور پر یہ جراثیم کی وجہ سے ہونے والی سوزش ہے۔ لیکن جراثیم دل کے اندر کیسے پہنچ گئے ؟

کچھ بچوں کے دلوں میں پیدائشی طور پر نقائص ہوتے ہیں۔ جن میں والو کی تخلیقی خرابیاں یا کٹے پھٹے والو جن پر وقت کے ساتھ کلیسم جم جاتا ہے۔ ان کی سطح ہر وقت چھلی ہوئی سی ہوتی ہیں۔ خون میں کسی وجہ سے جراثیم موجود ہوں تو ان پر جم کر سوزش پیدا کر سکتے ہیں۔

پاکستان میں خون میں ڈرپ بوتل Intravenus Drip لگانے کا بڑا رواج ہو گیا ہے۔ اکثر شفاخانوں میں دیکھا گیا ہے کہ ایک ایک وقت میں کئی کئی اشخاص کی وریدوں کے ساتھ گلوکوس اور الابلا کے بیگ منسلک ہیں۔ تھوڑی تھوڑی دیر کے بعد ان ٹیکوں میں آلودہ سرنجوں کے ساتھ کئی اضافی ادویہ داخل کر دی جاتی ہیں۔ ان میں سے کسی ایک چیز کی جراثیم سے صفائی (Sterilisation) مشتبہ ہو تو خون میں جراثیم داخل ہو کر کہیں بھی سوزش پیدا کر سکتے ہیں۔ یورپی ممالک اور امریکہ بلکہ ہمارے یہاں بھی منشیات کو ورید میں ٹیکہ کی صورت داخل کیا جاتا ہے۔

> باغ بیرون بھاٹی گیٹ میں گھاس پر کئی کئی نیم مدہوش بکھرے پڑے تھے۔ ایک فقیر سا شخص آیا۔ اس نے تھیلی سے سرنج نکالی۔ اس میں دوا بھری اور جتنے بیٹھے تھے سب سے وصولیاں کرتا ہوا سب کو اسی غلیظ سرنج سے ٹیکے لگا کر چلا گیا۔

کسی ایک کے جسم میں جو بیماری تھی یا سرنج میں بذات خود جو غلاظت تھی وہ ان تمام اشخاص میں تقسیم ہو گئی۔

پچھلے سال جرمنی میں صنعتی میلہ ہوا۔

میلے کے دنوں میں شہر کے پارکوں میں نشے کے مارے ہوئے کئی اشخاص پڑے ہوئے تھے۔انہوں نے عجیب ترکیب نکالی۔

اس شخص نے اپنے کو ہیروئن کا ٹیکہ لگوایا جب دوائی اس کے جسم میں سرایت کر گئی تو اس نے اپنی وریدوں سے خون نکال کر مفلوک الحال ''ضرورت مندوں'' کو لگادیا۔

زیادہ پیسے والے نے براہ راست ٹیکہ لگوالیا۔ کم پیسے والوں نے معمولی رقم پر اس کا وہ خون خرید کر ٹیکہ لگوالیا جس میں ہیروئن شامل تھی-----اس شخص کی اپنی بیماریاں اور سرنج کی نجاست دوسروں کو نئی بیماریاں پیدا کرنے کے لیے منتقل ہوگئیں ۔

گنٹھیا کا بخار Rheumatic Fever بچوں کو اکثر ہو جاتا ہے۔ جوڑوں میں سوزش پیدا کرنے کے بعد یہ دل کے اندر کی جھلیوں میں سوزش پیدا کر کے دل میں سوزش پیدا کرتا ہے۔

Rheumatism licks the Joints and bites the Heart.

بچوں کے گلے اکثر خراب ہوتے ہیں۔ ان میں سوزش کی وجہ سے گلے میں تکلیف کے ساتھ بخار رہتا ہے۔بچہ بڑھنے نہیں پاتا۔ گلے کے جراثیم خون کے ساتھ پورے جسم میں گردش کرتے ہیں۔ جہاں بھی کمزوری یا خراش نظر آئے یہ جراثیم وہاں پر سوزش پیدا کر دیتے ہیں۔ اسی لیے ڈاکٹر ایسے بچوں کے گلے جلد سے جلد نکال دینے کا مشورہ دیتے ہیں۔ کیونکہ جسم میں جراثیم کی کسی آماجگاہ کا موجود رہنا بہت سے خطرات کا باعث ہو سکتا ہے۔

یہاں پر ایک اہم بات توجہ میں رہے کہ نبی اکرم ﷺ نے بچوں کے گلے نکلوانے سے منع کیا ہے۔اور انہوں نے انسانیت پر جو احسان کئے ہیں ان میں سے ایک اس بیماری کا یقینی علاج ہے۔ انہوں نے ایک بچے کے پھولے ہوئے گلے کا علاج اپنی نگرانی میں کروایا اور وہ بچہ تندرست ہو گیا۔

دانت نکالنے۔ گلے کا آپریشن کرنے۔ دانتوں کے اوپر سے میل چھیلنے۔ پیشاب اور پاخانے کی نالیوں میں اوزار داخل کرنے۔ عورتوں کے جسم میں مانع حمل (IUD) داخل کرنے۔ وریدوں میں گلوکوس وغیرہ کے ڈرپ لگانے کی بدولت جراثیم خون میں داخل ہو سکتے ہیں۔

ان مریضوں کی پیپ اور خون کے معائنہ پر جن جراثیم کا عام طور پر سراغ لگا ہے وہ یہ ہیں۔

Stapbylococcus- streptococus- Pneumoc-occus, Meningoccci- B.Proteus- H. Influenza- B. Abortus Ricketessi- Fungi- Psittacosis,

اگرچہ جراثیم اور وائرس ان کے علاوہ بھی ہو سکتے ہیں۔ لیکن یہ اور ان کی مختلف اقسام ہی عام طور پر دیکھنے میں آتی ہیں۔

علامات

بیماری کا آغاز عام طور پر جسم میں کمزوری۔ تھکاوٹ۔ بھوک کی کمی اور معمولی بخار سے ہوتا ہے۔ کھانسی۔ زکام کے ساتھ سردی لگتی ہے۔ ان علامات سے ناتجربہ کار معالج کو انفلوئنزا کا مغالطہ ہو سکتا ہے۔ گلے میں درد۔ شدید بخار۔ جسم میں زور کا درد ہوتا ہے۔ اکثر جوڑ اکڑ جاتے ہیں۔ گردن اکڑنے سے سرسام یا گردن توڑ بخار کا شبہ ہو سکتا ہے۔ پھیپھڑوں میں سوزش اور پانی پڑ سکتا ہے۔ کئی مریضوں کو فالج بھی دیکھا گیا ہے۔ تلی پھیل جاتی ہے۔ خون کی کمی پیدا ہو جاتی ہے۔ بجھا ہوا چہرہ۔ ہاتھوں اور پیروں کی انگلیاں آگے سے موٹی ہو جاتی ہیں۔

بیماری اگر بڑھے تو جسم میں کسی بھی جگہ خون کی نالیوں میں رکاوٹ آجاتی ہے۔ جسے Embolism کہتے ہیں۔ ان کی وجہ سے جسم کے کسی بھی حصے کو دوران خون میں

رکاوٹ آکر مہیب نتائج ہو سکتے ہیں۔ دل کی آوازوں میں گڑبڑ ہو جاتی ہے۔ ہاتھوں اور پیروں کی ہتھیلیوں پر بڑے بڑے دانے نکلتے ہیں۔ منہ گلے اور آنکھوں میں خون کے ننھے ننھے دھبے نمودار ہوتے ہیں۔

یہ بیماری جراثیم کی وجہ سے لاحق ہونے والی سوزش ہے۔ اس کی تخریب کاری ہر قسم کے جراثیم کی اپنی اپنی خباثتوں کی شدت پر منحصر ہوتی ہے۔ دل کے والو گل سکتے ہیں۔ دل کے اندر پھوڑا نکلنے کے بعد نقصان اس کی جسامت اور پھیلاؤ کی مناسبت سے ہوتا ہے۔ خون کی نالیوں میں نمودار ہونے والے سرے رکاوٹ کے علاوہ جراثیم بھی پھیلاتے ہیں۔ اس طرح دل۔ دماغ۔ جگر۔ پھیپھڑوں اور گردوں میں پھوڑے نکل سکتے ہیں۔ لیکن یہ سب کچھ اس وقت ہوتا ہے جب مریض اتنی دیر تک زندہ رہے یا اس کا علاج نامکمل کیا جائے۔

حفاظتی اقدامات

گلے میں اگر سوزش ہو تو ان کا فوری بندوبست کیا جائے۔ دانتوں۔ مسوڑھوں اور منہ کے اندر اگر کوئی آپریشن کیا جائے تو مصفا اوزاروں کے استعمال کے علاوہ مریض کو مناسب مقدار میں جراثیم کش ادویہ دی جائیں۔ تاکہ وہاں سے جراثیم دوران خون میں داخل ہو کر پھیل نہ سکیں۔

تشخیص

1۔ بیماری کی تشخیص کا سب سے قابل اعتماد طریقہ خون کو کلچر کرنا ہے۔ اس ٹیسٹ کا صحیح نتیجہ ان مریضوں میں میسر آسکتا ہے جب جراثیم کش ادویہ نہ دی گئی ہوں۔ بعض ڈاکٹر 4 گھنٹوں کے وقفوں پر خون کے 4-3 نمونے ایک دن میں لے لیتے ہیں۔ اس سے یقینی جواب میسر آجاتا ہے۔ اکثر ماہرین کا خیال ہے کہ خون میں جراثیم کی موجودگی کا یقینی پتہ 90فیصد مریضوں میں تیسرے دن لگایا جا سکتا ہے۔ خون میں جراثیم کا پتہ چلانے کے علاوہ اگر ان جراثیم پر اثر کرنے والی ادویہ

کے بارے میں بھی دریافت کر لیا جائے تو زیادہ بہتر رہتا ہے۔ یعنی لیبارٹری سے Culture & Sensitivity کی رپورٹ طلب کی جائے۔ یہ اہم ٹیسٹ ہے جس سے صحیح فائدہ اٹھانا بعض اوقات ممکن نہیں رہتا۔ مریض کی حالت خراب ہو اور اسے کوئی دوائی نہ دی جائے کیونکہ ایسا کرنے سے ٹیسٹ کے دوران جراثیم کی موجودگی کا پتہ نہ چل سکے گا۔ اس خطرناک بیماری کو ایک روز بھی علاج کے بغیر رکھنا قتل عمد کے برابر ہے۔

2۔ دل کے ECG میں ابتدائی طور پر کچھ بھی نظر نہیں آتا۔ جب دل کے عضلات زد میں آجائیں اور طہ کے منہ پر پھوڑا نکل آئے۔ تو کچھ پتہ چل سکتا ہے۔

3۔ خون کے TLC-DLC-ESR سے مفید معلومات میسر آسکتی ہیں۔

4۔ چھاتی کا ایکسرے۔ یہ کوشش اس وقت کارآمد ہو سکتی ہے جب دائیں طرف کے والو متاثر ہوں اور پھیپھڑے بھی متورم ہوں۔

5۔ ایکو کارڈیوگرافی میں دل کے والو پر دانے محسوس کئے جا سکتے ہیں۔ لیکن دل میں اگر کوئی خرابی نظر نہ آئے تو اس کا یہ مطلب نہیں کہ مریض تندرست ہے۔ اس بیماری میں یہ ٹیسٹ ہمیشہ کارآمد نہیں ہوتا۔

علاج

جراثیم کو مارنے کیلئے طب جدید میں ادویہ کی کمی نہیں۔ بیمار کر دینے والے جراثیم کی اکثریت کیلئے بڑی زود اثر ادویہ کی اچھی خاصی کھیپ موجود ہے۔ مگر اس کے باوجود بعض مریض بہتر ہونے میں نہیں آتے یا خون صاف نظر آتا ہے۔ لیکن بیماری اور اس کی تخریب کاری جاری رہتی ہے۔

علاج کیلئے Benzyl Penicillin کے 30 لاکھ یونٹ سے ابتدا کی جاتی ہے۔ چونکہ اس امر کا امکان موجود ہے کہ جراثیم کی بعض اقسام پنسلین سے مرنے نہ پائیں اس لئے

بیک وقت دو تین قسم کی ادویہ استعمال کی جاتی ہیں۔ جیسے کہ

Cephala Ceporins- streptomycin- Gentamycin Erythrocin- Amphotericin - B- Tetracychlin- Flnocyto sine-

میں سے اکثر بھی دی جاتی ہیں۔

ابتدا میں ادویہ کی اکثریت دن میں کئی بار وریدی ٹیکہ کی صورت میں دی جاتی ہے۔ حالات بہتر ہونے پر کچھ کھلائی بھی جا سکتی ہے۔ علاج اور احتیاط کے لئے مندرجہ ذیل امور پر خصوصی توجہ دی جائے۔

خصوصی ہدایات

1۔ مریض دل کے کسی مستند ماہر کی زیر نگرانی کسی ہسپتال میں رہے۔

2۔ مریض چارپائی پر لیٹا رہے۔ بخار کے دوران غسل خانہ تک جانا بھی مناسب نہ ہوگا۔

3۔ دوائیاں پوری مقدار میں کم از کم 3 ماہ تک دی جائیں۔ اور اضافی ٹیسٹ کر کے صحت یابی کا اطمینان کیا جاتا رہے۔

4۔ غذا ہلکی پھلکی ہو۔ لیکن اس میں لحمیات کی معقول مقدار شامل ہو۔

5۔ خون کی کمی کی صورت میں تھوڑی تھوڑی مقدار میں کئی بار خون دیا جائے۔

6۔ اگر مریض بہتر نہ ہو رہا ہو تو آپریشن کے بارے میں مشورہ کیا جائے۔

7۔ تندرست ہونے کے کم از کم 6 ماہ بعد تک بار بار بخار دیکھا جائے۔ خون کے EsR-DLc-TLC پر نظر رکھی جائے۔

8۔ پیشاب برابر ٹیسٹ ہوتا رہے تاکہ گردوں پر اثرات کا پتہ چل جائے۔

طبِ نبوی ﷺ

دل کی سوزش ایک ہنگامی نوعیت کی شدید بیماری ہے۔ جس میں نمونیہ کی طرح انتظار کرنا یا ایسی ادویہ کا استعمال جن کے اثرات دیر سے ظاہر ہوں مناسب نہیں۔ اس لیے

مریض کو فوری طور پر جدید علاج کے کسی معتبر مرکز سے رجوع کرنا چاہیے۔

1۔ اس بیماری سے بچاؤ میں طب نبوی ایک اہم مقام رکھتی ہے۔ گلے میں سوزش Tonsillitis اس طب میں قابل علاج بیماری ہے۔ جبکہ گلے کا ہر ڈاکٹر ان کا آپریشن کرنا ضروری سمجھتا ہے۔

حضرت جابر بن عبداللہؓ روایت فرماتے ہیں۔

ان النبی صلی اللہ علیہ وسلم دخل علی عائشة و عندھا صبی یسیل منخراہ دما فقال : ما ھذا؟ قالوا انه العذرة؟ قال! ویلکن لا تقتلن اولادکن، ایما امراة اصاب ولدھا العذرة اووجع فی راسه فلتا خذ قسطا ھندیا فلتحکه ثم تسعط به، فامرت عائشة فصنعت ذلک به فبرا۔ (مسلم)

(نبی ﷺ حضرت عائشہؓ کے گھر میں داخل ہوئے تو ان کے پاس ایک بچہ تھا جس کے منہ اور ناک سے خون نکل رہا تھا۔ حضورؐ نے پوچھا کہ یہ کیا ہے؟ جواب ملا کہ بچے کو عذرہ ہے۔ حضور نے فرمایا کہ اے خواتین تم پر افسوس ہے کہ اپنے بچوں کو یوں قتل کرتی ہو۔ اگر آئندہ کسی بچے کو حلق میں عذرہ کی تکلیف ہو یا اس کے سر میں درد ہو تو قسط ہندی کو رگڑ کر اسے چٹا دو۔ چنانچہ حضرت عائشہؓ نے اس پر عمل کروایا اور بچہ تندرست ہو گیا)

مسلم کی اس روایت میں بچے کی بیماری اور اس کی پوری تفصیل موجود ہے۔ یہ روایت جابر بن عبداللہؓ سے مسلم کے علاوہ مسند الحاکم۔ ابن الفرات۔ الشاشی اور ابو نعیم میں بھی مذکور ہے۔ بخاری نے ام قیس بنت محصنؓ سے ایک روایت بیان کی ہے۔

دخلت بابن لی علی رسول اللہ صلی اللہ علیہ وسلم

وقد اعقلت عنه من العذرة فقال علی ماتدغرن اولادکن بهذا العود العلاق علیکن بهذا العود الهندی فان فیه سبعة اشفیة منها ذات الجنب یسعط من العذرة ویلد من ذات الجنب۔ (بخاری)

(میں اپنا بیٹا لے کر رسول اللہ ﷺ کے پاس گئی۔ اسے عذرہ کی شکایت تھی۔ اس کے ناک میں بتی پڑی تھی اور گلا دبایا گیا تھا۔ حضور اس امر پر خفا ہوئے کہ تم لوگ اپنے بچوں کو کیوں اذیت دیتے ہو جبکہ تمہارے پاس یہ عود الھندی موجود ہے۔ جس میں سات بیماریوں سے شفا ہے۔)

بخاری کی تمام روایات میں دوائی کا نام عود الھندی مذکور ہے جبکہ حدیث کی دوسری تمام کتابوں میں اس کا نام قسط الھندی مذکور ہے۔ علامہ انور شاہ کاشمیریؒ نے عود الھندی کو قسط ہی قرار دیا ہے۔ جبکہ اسی خاتون سے ایک اور تصریح ابن ماجہ میں مذکور ہے۔ جس میں انہوں نے عود الھندی سے مراد قسط الھندی قرار دیا ہے۔ قسط شیریں گلے کا ایک یقینی علاج ہے۔

گلے کے جراثیم یا اسی نوع کے دوسرے جراثیم جب خون میں داخل ہو جاتے ہیں تو دل میں سوزش پیدا کرتے ہیں۔ اگر یہ دوائی گلے میں پائے جانے والے جراثیم کو مار سکتی ہے تو یہ دل کے اندر کے جراثیم بھی مار سکتی ہے۔ بلکہ دل کی سوزش کے اسباب میں پھپھوندی (Fungus) بھی شامل ہے۔ جس پر اکثر ادویہ کا کوئی اثر نہیں۔ جبکہ قسط شیریں پھپھوندی کو بھی مار سکتی ہے۔ اگر جدید اور ہنگامی ادویہ کے ساتھ قسط کو بھی شامل کر دیا جائے تو

☆ مریض جلد تندرست ہو جائے گا۔

☆ مریض کے جراثیم ادویہ کے عادی نہ ہو سکیں گے یعنی Resistance نہ ہو گا۔

☆ جراثیم کا مکمل خاتمہ ہو گا بیماری دوبارہ Relapse نہ کرے گی۔

☆ قسط کا پھیپھڑوں اور گردوں پر علیحدہ سے اثر ہے۔ اس لیے بیماری کے دوران یہ

اعضاء متاثر نہ ہوں گے۔

2۔ مریض کو ہلکی اور زود اثر خوراک کی ضرورت ہے۔ جو اس کی کمزوری کو بھی دور کر سکے۔ اس کے لیے جو کا دلیا۔ شہد ڈال کر دن میں کئی بار دیا جا سکتا ہے۔ جو کا دلیا دل کے جملہ عوارض کیلئے ایک مکمل علاج ہونے کی وجہ سے مریض کے دل کے اجزا کو بیماری کی دست برد سے بچانے میں بڑا مفید ہوگا۔ رسول اللہ ﷺ کا اپنا ایک دستور تھا جس کی حضرت عائشہ صدیقہ یوں اطلاع دیتی ہیں۔

کان رسول اللہ صلی اللہ علیہ وسلم اذا اخذ احد امن اھل الوعک امر بالحسا من الشعیر فضع، ثم امرھم فحسوا کما تسر و احداکن الوسخ بالماء عن وجھھا۔
(ترمذی۔ ابن ماجہ)

(رسول اللہ ﷺ کے گھر میں کوئی بیمار ہوتا تو وہ اس کے لیے جو کا دلیا بنانے کا حکم دیتے تھے۔ پھر فرماتے تھے کہ یہ دل سے غم کو اتار دیتا ہے۔ اور یہ دل سے بوجھ کو ایسے اتار دیتا ہے۔ جیسے کہ تم میں سے کوئی اپنے چہرے کو دھو کر اس سے غلاظت اتار دیتا ہے)۔

شہد ملا ہوا جو کا دلیا مریض کیلئے بہترین خوراک ہے۔ یہ کمزوری کو دور کرتے ہوئے اس کے جسم میں توانائی بھی پیدا کرے گا۔

3۔ شہد : قرآن مجید نے شہد کی تعریف میں فرمایا۔

یخرج من بطونھا شراب مختلف الوانھا فیہ شفاء للناس (النحل۔69)

(یہ اپنے پیٹوں سے مختلف قسم کے سیال خارج کرتی ہیں جن میں بیماریوں سے شفا ہے)۔

اس آیت کا مفہوم اب تک شہد ہی لیا جاتا رہا ہے۔ مکھیاں پھولوں سے جو سیال جمع کرتی ہیں اس میں ان کا لعاب شامل ہو کر چھتہ میں شہد کی صورت ذخیرہ ہوتا ہے۔

جدید تحقیقات کی روشنی میں اس آیت کو مزید توجہ سے دیکھیں تو شفا اس سیال میں ہے جو ان کے پیٹوں سے مختلف اقسام میں خارج ہوتا ہے۔ یہ بات اب اس لیے کہی جا سکتی ہے کہ مکھیوں کے منہ اور پیٹ سے ایسے Enzymes نکلتے دیکھے جا چکے ہیں جن کو ان سے بچے پیتے اور توانائی حاصل کرتے ہیں۔ اس سیال کو رائل جیلی Royal Jelly کا نام دیا گیا ہے۔ جرمنی کے سائنسدانوں نے مکھیوں سے رائل جیلی علیحدہ شکل میں حاصل کر لی۔ پھر انہوں نے توانائی کا ایک اور جوہر Propolis تلاش کیا۔ دلچسپ بات یہ ہے یہ دونوں چیزیں اب زیادہ تر چین سے آتی ہیں اور کمزوری کا بہترین علاج ہیں۔

بیماری کے علاج کیلئے ادویہ کے ساتھ جسم کی اپنی قوت مدافعت بڑی اہمیت رکھتی ہے۔ شراب پینے والوں کے پھیپھڑوں میں بیماری کا مقابلہ کرنے کی صلاحیت نہیں ہوتی اس لیے ان کو نمونیہ یا تپ دق ہو جائے تو ان کا آسانی سے علاج ممکن نہیں ہوتا۔ ذیابیطس کے مریضوں کے زخم قوت مدافعت ہی کی کمی کی وجہ سے جلد بھرنے میں نہیں آتے۔

ایڈز کی اپنی کوئی علامت نہیں ہوتی۔ اس کی تمام تر خباثت جسم کے دفاعی نظام کو مفلوج کر دیتی ہے۔

ان تمام کیفیات میں دیکھا گیا ہے کہ شہد جسم کو قوت مدافعت مہیا کرتا ہے۔ جن مریضوں کو دوسرے علاج کے ساتھ ساتھ شہد پلایا گیا وہ دوسرے تمام مریضوں کی نسبت جلد شفایاب ہوئے اور بیماریوں نے ان کے اجسام میں نقاہت پیدا نہ کی۔

لندن پولیس کے ایک سپاہی کو نمونیہ کی شدید حالت میں صرف شہد پلایا گیا اور وہ ایک ہفتہ میں تندرست ہو کر اپنی ڈیوٹی پر چلا گیا۔

دل میں سوزش کے مریضوں کو جدید علاج کے ساتھ اگر شہد پلایا جائے تو وہ جلد تندرست ہوں گے اور ان کی کمزوری بھی جلد رفع ہو جائے گی۔ طب نبوی کی ادویہ کے اس

تفصیلی موازنہ کے بعد دل کی سوزش کے مریضوں کیلئے تجویز کیا جاتا ہے کہ ان کے علاج کیلئے۔

1۔ ابلے ہوئے پانی میں بڑا۔ چچہ شہد۔ دن میں کئی بار۔

2۔ ناشتہ میں اور جب بھوک لگے جو کا دلیا۔ شہد ملا کر۔

3۔ قسط البحری (قسط شیریں) پیس کر اس کا چھوٹا چمچہ صبح۔ شام کھانے کے بعد دیا جائے۔ حالات کی شدت کے مطابق جدید Antibiotics بھی شامل کی جاسکتی ہے۔

باب 14

دل کے عضلات کی بیماریاں

Heart Muscle Disease

عضلات کی شدید سوزش Acute Myocarditis

دل کی اکثر بیماریوں میں اس کے عضلات بھی متاثر ہوتے ہیں۔ لیکن عضلات کی بیماریوں سے مراد وہ جسمانی بیماریاں اور بخار ہیں جو دل کو زد میں لے لیتے ہیں۔

دل کے عضلات جڑ سے مضبوط ہوتے ہیں۔ وہ عام حالات میں کافی حد تک ناخوشگوار حالات اور دباؤ کو برداشت کرتے رہتے ہیں۔ دل کے صماموں کی بیماریوں' خلقی نقائص' بلڈ پریشر' پھیپھڑوں میں دباؤ کے اضافہ اور دل کے دورہ کے دوران قلبی عضلات بری طرح زد میں آجاتے ہیں۔

اسباب :

☆ دل کے عضلات جراثیم اور ان کی زہروں Toxins کے اثرات سے متورم ہو جاتے ہیں۔ عام طور پر خناق' نمونیہ' خسرہ' وائرس سے ہونے والے بخاروں جیسے کہ انفلوئنزا' کن پیڑے کی زہروں سے عضلات میں سوزش پیدا ہو سکتی ہے۔

☆ طفیلی کیڑوں کی بعض قسمیں خون میں گردش کرتے کرتے دل میں گھر بنا لیتی ہیں۔ جیسے کہ مشہور افریقی بیماریاں Toxoplasmosis Trypanasomiasis- مصر میں بلہار زیا کی بیماری مشہور ہے۔ اس کے کیڑے اکثر اعضاء رئیسہ میں جا کر بیٹھ جاتے ہیں اور شدید سوزش کا باعث بنتے ہیں۔

☆ مختلف چیزوں سے حساسیت۔ جیسے کہ سلفانامائیڈ' جوڑوں کی دردوں کی دواؤں خاص طور پر Phenylbutazone کورٹی سون کے رد عمل' بھڑ اور زہریلی مکھیوں کے کاٹنے کے بعد جسم میں گردش کرنے والی زہروں یا ان کے ڈنگ سے حساسیت عضلات کو خراب کر سکتی ہے۔

☆ گنٹھیا کا بخار اور اس کے جسمانی اثرات۔

☆ جسم کے عضلات اور بافتوں کی انحطاطی بیماریاں۔

☆ آتشک۔

علامات

عام حالات میں شدید قسم کا اختلاج قلب ہوتا ہے۔ جسے Sinus Tachycardia سمجھا جا سکتا ہے۔ سانس لینے میں دشواری محسوس ہوتی ہے۔ اس عسر تنفس کے ساتھ چھاتی میں بوجھ محسوس ہوتا ہے۔ اگر اس کے ساتھ دل کو ڈھانپنے والے پردے میں سوزش بھی ہو جائے تو Pericarditis کی تمام علامات بھی شامل ہو جاتی ہیں۔

خناق کے دوران دل کی رفتار میں بے قاعدگی زیادہ شدید ہوتی ہے۔ نبض رک رک کر چلتی ہے۔ جس سے دل کے ترسیلی نظام کی خرابی کا اظہار ہوتا ہے۔

بیماری اگر وائرس کی وجہ سے ہو تو درد سارے جسم میں ہوتا ہے۔ نقاہت کے باعث چلنا پھرنا دوبھر ہو جاتا ہے۔

تشخیص

☆ برقی قلب نگاری ECG سے مفید معلومات میسر آسکتی ہیں۔

☆ چھاتی کا ایکسرے کرنے پر پھیپھڑوں میں خون کے ٹھہراؤ Congestion کے ساتھ دل کا حجم بڑھا ہوا نظر آتا ہے۔

☆ Echocardiography سے پتہ چل سکتا ہے کہ دل کا دایاں بطن ٹھیک سے کام نہیں کر رہا۔ جبکہ والو ٹھیک ہیں۔ اور پھیپھڑوں میں پانی جمع نہیں ہے۔

☆ جراثیم کے لیے خون کا Culture Sensitivity عام طور پر بے کار رہتا ہے۔ کیونکہ اکثر حالات میں یہ کیفیت جراثیم کی زہروں سے پیدا ہوتی ہے اور جراثیم کم وبیش ملتے ہیں۔ عام لیبارٹریاں وائرس دیکھنے سے معذور ہوتی ہیں۔ اس لیے وائرس سے ہونے والی کیفیات کا اندازہ معالج کی اپنی فنی صلاحیت پر منحصر ہوتا ہے۔

☆ دل کا ٹکڑا کاٹ کر اس کی Biopsy سے یقینی تشخیص میسر آسکتی ہے۔ مگر چھاتی کو کھول کر ٹکڑا نکالنا ایک دہشت ناک عمل ہے۔

☆ مریض کی جنسی زندگی اگر مشتبہ رہی ہو تو آتشک کے لیے خون کے مروجہ ٹیسٹ جیسے کہ VDRL مفید ہو سکتے ہیں۔

☆ مریض کے خون کا TLC- DLC کیا جائے۔ جس سے جسم میں سوزش کا پتہ چل سکتا ہے۔ اگر Eosinophils زیادہ ہوں تو طفیلی کیڑوں کا سراغ مل سکتا ہے۔

علاج

مریض کو بہر حال بستر پر رہنا چاہیے۔ دل کے کمزور اور بیمار عضلات پر معمولی سا

بوجھ بھی اسے بے کار کر سکتا ہے۔ مریض اس وقت تک مکمل آرام کرے جب تک کہ مرض کی تمام علامات چلی جائیں اور جسم میں توانائی بحال ہو جائے۔

جب دل ٹھیک سے دھڑک نہ رہا ہو تو دوران خون کی رفتار میں کمی آ جانے سے Congestive Heart Failure کی سی صورت حال پیدا ہو سکتی ہے۔ چلنے والے خون کی مقدار کو کم کرنے کے لیے اطباء قدیم مریض کی فصد کو کھولنے کی ترکیب کرتے تھے۔ نبی ﷺ نے جسم پر پچھنے لگانے کا نسخہ عطا فرمایا ہے جسے احادیث میں ''حجامۃ'' کے نام سے بیان کیا گیا ہے۔

ڈاکٹر پیشاب آور ادویہ دے کر جسم میں پانی کی مقدار کم کرتے ہیں۔ دل کی تقویت اور رفتار کو معتدل بنانے کے لیے Digoxin اختلافی مسئلہ ہے لیکن رفتار کو کم کرنا اور باقاعدہ رکھنا بہر حال ضروری ہے۔

اگر دل میں دھڑکن پیدا کرنے والا نظام خراب ہو جائے تو وقتی طور پر دل کو چلانے والا آلہ Pace Maker لگایا جاتا ہے۔ یہ ضرورت عام طور پر شدید سوزشوں جیسے کہ خناق اور خسرہ کی صورت میں پیدا ہو سکتی ہے۔

وائرس اور گنٹھیا سے پیدا ہونے والی صورت حال میں کارٹی سون کے مرکبات بڑے مقبول ہیں۔ شدید بیماری میں ان سے وقتی فائدہ لینے کا کوئی مضائقہ نہیں۔ لیکن سوزش کے مریض کو زیادہ عرصہ تک ان ادویہ پر رکھنے سے اس کی جسم کی اپنی قوت مدافعت ختم ہو جائے گی۔ اس ضرورت کے لیے طب نبویؐ سے فائدہ اٹھانا زیادہ مفید ثابت ہوگا۔

خناق کے علاج میں زہروں کو زائل کرنے والی Antitoxin بڑی مفید ہو سکتی ہے۔ لیکن خوش قسمتی کی بات ہے کہ اس خاکسار نے عالمی ادارہ صحت کے تعاون میں پاکستان کے بچوں کو بیماریوں سے محفوظ کرنے کا جو پروگرام شروع کیا تھا وہ اب اتنا کامیاب ہو چکا ہے کہ بڑے شہروں میں تو خناق کا مریض دیکھنے میں بھی نہیں آتا۔ اللہ کی رحمت سے یہ بیماری اب پاکستان میں نہ ہوگی۔

اگر خون کا VDRL ٹیسٹ مثبت ہو تو مریض کو لمبے اثر والی پنیسلین جیسے کہ Penidura La لگائی جائے۔ اکثر معالج ابتدا ہی سے زیادہ مقدار دیتے ہیں۔ اس بیماری سے ہماری واقفیت قدرے زیادہ ہے۔ کیونکہ ہم نے بنیادی طور پر اس بیماری کے علاج میں میو ہسپتال لاہور اور سینٹ پال ہسپتال لندن سے تربیت حاصل کی ہے۔ ہماری رائے میں ابتدا بچوں والی مقدار یعنی نصف طاقت کے ٹیکے سے کی جائے۔ ہفتہ وار چار ٹیکے لگانے کے بعد اگلے مہینہ سے پوری مقدار کا ایک ٹیکہ ہفتہ وار کے حساب سے ۱۵ ہفتے لگایا جائے اور پھر خون کے ٹیسٹ سے شفایابی کا پتہ چلایا جائے۔

دل کے عضلات کی مزمن سوزش

Chronic Cardiomyopathy

شدید جسمانی کمزوریوں' موٹاپا' جسم کی انحطاطی بیماریوں از قسم Haemachromatosis- Scleroderma- Lupus Erythma- Fibroblastosis اور شراب پینے کے عادی افراد کو ابتدا ہی سے دل کے عضلات میں سوزش ہو جاتی ہے۔ ذیابیطس اور بلڈ پریشر بھی اس کا باعث ہو سکتے ہیں۔

حمل کے آخری ایام میں دل پر بوجھ کی وجہ سے عضلات پھیل سکتے ہیں۔

ماہرین نے اس بیماری کو Congestive-Hypertrophic-Restrictive- Obliterative اقسام میں بیان کیا ہے۔ اکثر اوقات بیماری کا سبب تلاش نہیں کیا جا سکتا اس لیے علاج قیافہ پر کیا جاتا ہے۔

علامات

تمام اقسام میں دل پھیل جاتا ہے۔ اگرچہ پھیلاؤ کی شکل ہر کیفیت میں مختلف ہوتی ہے۔

اس لیے سانس لینے میں مشکل' دل کے دورہ کی طرح کا درد بے ہوشی' اختلاج قلب عام علامات ہیں۔ یہ بیماری وراثتی اثرات کی وجہ سے ایک ہی خاندان کے کئی افراد کو ہو سکتی ہے۔

بے قاعدہ نبض کے علاوہ بے ہوشی میں موت واقع ہو سکتی ہے۔

تشخیص

☆ چھاتی کا ایکسرے بڑا مفید رہتا ہے۔ بعض اقسام میں دل کا پھیلاؤ زیادہ اور بعض میں کم ہوتا ہے۔ اور اس کی شکل صراحی کی سی لگتی ہے۔ بائیں بطن کا پھیلاؤ زیادہ نمایاں ہوتا ہے۔

☆ ECG میں دل کی رفتار زیادہ اور معمولی تبدیلیاں نظر آتی ہیں۔

☆ ایکوکارڈیوگرافی سے یقینی تشخیص تو نہیں ہوتی۔ البتہ دوسرے امکانات خارج کیے جا سکتے ہیں۔

بدقسمتی سے ایکسرے کے علاوہ لیبارٹری سے کوئی واضح یقینی مدد میسر نہیں آسکتی۔ مختلف ٹیسٹ دوسری بیماریوں کے امکانات کو خارج کرنے کے کام آسکتے ہیں۔

علاج

عام حالات میں وہی علاج کیا جائے جو سقوط قلب کے مریضوں کا کیا جاتا ہے۔ Digoxin ایک مفید دوائی ہے۔ جسے مریض کی حالت کے مطابق دیا جاتا ہے۔ دوران خون کو جاری رکھنے کی ادویہ کے علاوہ جسم میں انجماد خون کو روکنے کے لیے Anticoagulants دی جائیں۔ دل کی رفتار کو اعتدال پر رکھنے کے لیے ڈیجوکسین کے علاوہ دوسری ادویہ اور درد کو روکنے کے لیے Propranolol دی جاتی ہے۔

چونکہ یہ ایک خطرناک بیماری ہے اس لیے دواؤں کے علاوہ دل کے دو تین قسم کے آپریشن بھی کیے جا سکتے ہیں۔ جن میں صمام تاجی کی جگہ مصنوعی والو لگانے کی کوشش

بھی شامل ہے۔

اگر یہ تمام کوششیں اکارت ہوں تو مریض کا دل تبدیل کرنے کا منصوبہ بھی آزمایا جاسکتا ہے۔

یونانی علاج

☆ بیماری کا سبب اگر Haemachromatosis ہو تو معجون دبید الورد کھلا کر اس کے اوپر عرق بونجاسف، عرق مکو 50\50cc کو شربت بزوری معتدل کے 25cc میں ملا کر پلائیں۔

☆ درج ذیل مفید رہے گا۔

اسطوخودوس۔ بسفائج۔ بادیان۔ بادرنجبویہ۔ پوست بیخ بادیان۔ شاہترہ۔ مکو خشک ہر ایک 7 گرام۔ افیون 3 گرام۔ انجیر زرد 3 عدد۔ مویز منقیٰ 25 گرام۔ کو رات 1\2 لیٹر پانی میں بھگو دیں۔ صبح ان کو مل کر جوش دیں۔ اور چھان کر 48 گرام گلقند ملا کر ایک ہفتہ کھلائیں۔ آٹھویں روز اس میں سنا مکی 12 گرام۔ تربدیوند خطائی 5\5 گرام۔ زنجبیل 2 گرام۔ ہلیلہ سیاہ 12 گرام۔ مغز خیار شنبر 60 گرام۔ ترنجبین 48 گرام۔ شربت دینار 25cc شیرہ مغز بادام 5 عدد کا اضافہ کر کے دیں۔

غذا میں تیتر، بٹیر، تازہ مچھلی کا شوربہ مفید ہیں۔

حلیم، حلوہ، حریرے، فربہ پرندوں کے گوشت اور کباب کھلائے جائیں۔ بدن پر روغن زیتون کی مالش کی جائے۔

گرم پانی سے غسل مفید ہوگا۔ مریض آرام کرتا رہے۔

دل کی عضلاتی بیماریوں میں طب نبویؐ

قرآن مجید نے یہ دعویٰ کیا ہے کہ یہ سینہ کے اندر کے تمام مسائل اور بیماریوں کا حل ہے۔ ارشاد باری ہے۔

قد جاء تکم موعظة من ربکم و شفاء لما فی الصدور۔

(یونس۔)

("تمہارے پاس تمہارے رب کی طرف سے ہدایت کا ایک سرچشمہ نازل ہوا ہے جو کہ سینے کے اندر کی تمام بیماریوں کے لئے شفا ہے۔)

اس خوشخبری کے بعد دل کے بیماروں کے لیے مایوسی یا دل کو تبدیل کرنے والے ہیبت ناک خیالات کی ضرورت باقی نہیں رہتی۔

سقوط قلب کے علاج کے جملہ اصول یہاں بھی کارفرما ہوں گے۔

بیماری کی نوعیت کو سامنے رکھیں تو جراثیمی زہروں' شراب اور دوسرے اسباب نے دل کو کمزور کر دیا ہے۔ اس کے عضلات میں جان نہیں رہی۔ اس لیے علاج کی ضروریات میں زہروں کے اثرات کو زائل کرنا۔ جسم کے ساتھ ساتھ دل کو طاقت دینا اور دل کے حجم کو چھوٹا کرنا ہے۔

ان مقاصد کے حصول کے لیے قرآن مجید نے شہد کو شفاء کا مظہر قرار دیا ہے۔ بند نالیوں کو کھولنے کے لیے نبی ﷺ نے شہد کو ابلے پانی میں دینا پسند فرمایا ہے۔ وہ دل کے جملہ عوارض میں جو کے دلیا کے بہت قائل تھے اور اپنے گھر کے ہر مریض کو مسلسل یہ دلیا شہد ملا کر کھلاتے رہتے تھے۔

دلیا کو میٹھا کرنے کے علاوہ شہد کے فوائد علیحدہ سے میسر ہوں گے۔ ابلے پانی میں بڑا چمچہ شہد ملا کر دن میں کم از کم چار مرتبہ۔ اگر حالت زیادہ خراب ہو تو شہد کے ساتھ ساتھ دن میں ایک دو مرتبہ Royal Jelly کا ٹیکہ پلا دیا جائے۔ لیکن شہد اور رائل جیلی اس وقت پلائے جائیں جب مریض کا پیٹ خالی ہو۔

قرآن مجید نے بیان کیا ہے کہ زچگی کے جان گسل مرحلہ سے تنہا گزرنے والی

حضرت مریمؑ کو کمزوری کے لیے کھجور کھانے کا مشورہ دیا گیا اور تھوڑے سے عرصہ میں ہی چلنے پھرنے کے قابل ہو گئیں۔ تمام کمزوری جاتی رہی۔

نبی ﷺ نے اسی بات کو بڑھاتے ہوئے کھجور کے فوائد کی تفصیل عطا کی ہے۔

حضرت سعد بن ابی وقاصؓ روایت فرماتے ہیں۔

من تصبح بسبع تمرات عجوة لم یضره ذلک الیوم سم و لا سحر۔ (ابو نعیم)

(''جس نے صبح کے وقت عجوہ کھجور کے سات دانے کھائے اس روز، اس کو زہر اور جادو سے بھی نقصان نہ ہو گا۔'')

اس حدیث کو الفاظ کے معمولی رد و بدل کے ساتھ بخاری اور مسلم نے بھی روایت کیا ہے۔ اسی مسئلہ پر حضرت عائشہؓ سے مسلم نے دوسرے الفاظ میں ترمذی نے یوں روایت کیا ہے۔

العجوة من الجنة و فیها شفاء من السم۔

''عجوہ کھجور جنت کا میوہ ہے۔ اور اس میں زہروں سے شفاء ہے۔''

احادیث میں کھجور کھانے کے لیے صبح کا وقت مقرر کیا گیا ہے۔ یعنی یہ نہار منہ کھائی جاتی ہیں۔ کھجور میں زہر کا علاج موجود ہے۔ اس کے بعد ہمارے لیے پریشان ہونے کا کوئی مسئلہ نہیں رہتا۔ البتہ بات عجوہ کھجور کے حاصل کرنے کی ہے۔ وہ تو صرف مدینہ منورہ میں ہوتی ہے۔ اگر کسی کے پاس ذرائع ہوں تو وہاں سے درآمد کر لی جائیں۔ ورنہ دوسرے مقاصد کے لیے افطاری کے لیے عجوہ کے ساتھ ہی ارشاد ہوا ہے کہ جو بھی کھجور مل جائے۔ اس لیے جو بھی اچھی کھجور میسر آ جائے اس سے گزارا ہو جائے گا۔

کرنل چوپڑا کا کہنا ہے کہ دل کے عضلات کو صرف ایک دوائی براہ راست تقویت دے سکتی ہے۔ اور وہ ہے قسط شیریں۔ نبی ﷺ نے اس دوائی کو جراثیم اور متعدد نا قابل علاج سوزشوں بلکہ تپ دق کے علاج میں بھی استعمال فرما کر مریض کو تندرست کر کے دکھایا۔

اس بیماری میں جراثیم کی زہروں کے علاوہ عضلات کی اپنی حالت خراب ہوتی ہے۔ ایسے میں قسط شیریں یا قسط البحری تریاق کا حکم رکھے گی۔ ہم کو قسط کا استعمال کرتے ۱۵ سال ہو گئے ہیں۔ ابھی تک ایسی کوئی سوزش دیکھنے میں نہیں آتی۔ جس پر قسط کا اثر نہ ہوا ہو۔ اثر آہستہ آہستہ شروع ہوتا ہے مگر دیرپا ہے۔ غالباً یہ جسم کے دفاعی نظام کو بیماری کے خلاف تحریک دے کر فعال بناتی ہے۔ اکثر مریضوں کے لیے یہ نسخہ تجویز کیا گیا۔

☆ نہار منہ اور دن میں ۴۔ ۳ مرتبہ بڑا چمچہ شہد۔ ابلے پانی میں۔ صبح کے شہد کے ساتھ ہی ۷ کھجوریں بھی کھائی جائیں۔

☆ صبح شہد کے ایک گھنٹہ بعد جو کا دلیا۔ شہد ڈال کر۔

☆ قسط شیریں 100 گرام۔

☆ کاسنی کے بیج 5 گرام۔

☆ برگ مہندی 10 گرام۔

☆ کلونجی 25 گرام۔

ان ادویہ کو پیس کر ایک چھوٹا چمچہ صبح، شام کھانے کے بعد۔

اس نسخہ میں برگ مہندی جراثیم کے خلاف موثر ہونے کی بنا پر اور کلونجی کو زہروں سے شفا کی توقع پر شامل کیا گیا ہے۔

ہمارے مشاہدات کے مطابق اللہ کے فضل سے مریض کی حالت میں دو ہفتوں کے بعد بہتری کے اثرات ظاہر ہونے لگتے ہیں۔

باب 15

سقوط دوران خون
Congestive Heart Failure

دل ایک پمپ ہے۔ اس کی زیادہ تر کارکردگی جسم کو خون مہیا کرنا ہے۔ کبھی کبھی یہ پمپ خراب ہو جاتا ہے اور جسم کو خون مہیا کرنے کی خدمت ٹھیک سے انجام نہیں دے سکتا۔ یہ معذوری مکمل بھی ہو سکتی ہے۔ یعنی وہ اپنا کام بالکل ہی چھوڑ دے تو اسے دل کا ناکام ہو جانا یا سقوط قلب Heart Failure کہتے ہیں۔ معذوری نامکمل یا جزوی بھی ہو سکتی ہے۔ جس میں پمپ کام تو کرتا ہے لیکن کمزوری کے ساتھ۔

احمد الطبری نے معالجات بقراطیہ' میں اس کی تین قسمیں بیان کی ہیں۔

☆ یہ فوری ہلاک کر دے۔

☆ موت لمبی بیماری کے بعد واقع ہوتی ہے۔

☆ لمبی بیماری اور معذوری۔

جسم کے ہر حصہ کو اپنی توانائی اور عمل کے لیے ضروریات خون سے حاصل ہوتی ہیں۔ جب خون ہی ٹھیک سے دورہ نہ کر رہا ہو تو اعضاء کی کارکردگی متاثر ہو گی۔ مثلاً غددوں کو اپنے Harmone بنانے کا سامان خون سے امونیائی ترشوں کی صورت میں ملتا ہے۔

جب خون ہی ٹھیک سے دورہ نہ کر رہا ہو تو وہ اپنا کام نہ کر سکیں گے۔ دماغ کی فعالیت کے لیے آکسیجن کا مسلسل مہیا ہونا ضروری ہے۔ جب اسے آکسیجن میسر نہ آ رہی ہو تو وہ ٹھیک سے کام نہ کر سکے گا۔ جسم میں ناطاقتی کے علاوہ فالج بھی ہو سکتا ہے۔

دوران خون کا نظام دل سے شروع ہوتا ہے۔ وہ ہر دھڑکن سے خون اور طہ کے ذریعہ شریانوں میں داخل کرتا ہے۔ یہ شریانیں جسم میں پھیل جاتی ہیں اور چھوٹی چھوٹی شاخوں میں تقسیم ہو کر ہر حصہ کو اس کی ضروریات اور توانائی مہیا کرتی ہیں۔ تقسیم ہوتے ہوتے ان کی آخری باریک شکل عروق شعریہ یا Capillaries کہلاتی ہیں۔ ان کے راستے خون سے غذائیں جسم کی بافتوں کو منتقل ہوتی ہیں۔ پھر یہ باریک ترین نالیاں جسم کی غیر مطلوبہ اشیاء کو وہاں سے لے کر آپس میں پھر سے ملاپ کر کے بڑی اور پھر اس سے بڑی نالیاں وریدیں یا Veins بناتیں ہیں۔ اب ان کا بہاؤ جسم سے دل کی سمت ہوتا ہے۔

وریدی خون بڑی نالیوں کے راستہ دل میں داخل ہو جاتا ہے۔ دل اس خون کو پھیپھڑوں کی سمت روانہ کر دیتا ہے۔ جہاں پر اس سے کاربن ڈائی آکسائیڈ نکال کر آکسیجن داخل کر دی جاتی ہے۔ یہ شفاف اور چمکدار خون پھر دل کو واپس جاتا ہے۔ جو اسے پھر سے جسم کو روانہ کر دیتا ہے۔

جسم سے دل کو جاتے ہوئے خون کی نالیاں گردوں سے گزرتی ہیں۔ جہاں سے ناپسندیدہ اجزاء کو خون سے نکال کر پیشاب کے راستے خارج کر دیا جاتا ہے۔ غیر مطلوبہ اشیاء کو نکالنے کے لیے گردے ان کا محلول تیار کرتے ہیں اور محلول کو تیار کرنے میں خون سے پانی کی ایک مقدار نکالی جاتی ہے۔ آنتوں سے گزرتے ہوئے اس میں غذائی عناصر اور پانی بھی شامل کیے جاتے ہیں۔

جب دورانِ خون کا نظام فیل ہوتا ہے تو اس نظام کے یہ اجزاء متاثر ہوتے ہیں یا ان میں خرابیاں پیدا ہو جاتی ہیں۔

☆ دل کے عضلات میں طاقت نہ رہے یا اس کے خانوں یا نالیوں میں کہیں رکاوٹ آ

جائے۔

☆ دل سے برآمد ہونے والا نظام یعنی شریانیں Arteries۔

☆ جسم میں خون کو نفوذ کرنے والا نظام یعنی Capillaries۔

☆ خون کو جسم سے دل کی طرف لے جانے والا نظام Venous System۔

اس بیماری میں دل کی اپنی قوت متاثر ہوتی ہے۔ اس کے عضلات میں اتنی جان نہیں ہوتی کہ پوری طاقت سے خون کو جسم کی سمت پمپ کر سکے۔ وہ بطور پمپ اپنے فرائض خوش اسلوبی سے ادا کرنے کے قابل نہیں رہتا۔

اس صورت حال میں مریض کی کیفیت مختلف مدارج میں ہوتی ہے۔

1- مریض کی عام توانائی متاثر نہیں ہوتی اور وہ روز مرہ کے کام کاج اطمینان سے کر سکتا ہے۔

2- جسم میں طاقت کم ہو جاتی ہے۔ مختلف کام کیے تو جا سکتے ہیں لیکن کچھ مشکل پیش آتی ہے۔ اسی لیے دائرہ عمل قدرے محدود ہو جاتا ہے۔

3- توانائی میں کمی محسوس ہوتی ہے۔ مریض کے لیے کئی کام ممکن نہیں رہتے۔ اسے سانس میں گھٹن' کمزوری اور دل ڈوبتا ہوا محسوس ہوتا ہے۔

4- کوئی بھی کام کرنا ممکن نہیں رہتا۔ ہلنے جلنے' چلنے پھرنے سے تکلیف محسوس ہوتی ہے۔ اور مریض زیادہ تر چارپائی پر پڑا رہتا ہے۔ یا کبھی کبھار کرسی پر بیٹھ سکتا ہے۔ لیکن چارپائی سے کرسی تک کا سفر بھی آسان نہیں ہوتا۔

اسباب

بیماری کا اصل باعث دل کے عضلات میں نقاہت ہے۔ وہ اتنے کمزور ہو جاتے ہیں کہ ٹھیک سے دھڑک بھی نہیں سکتے۔ جب دل ٹھیک سے نہیں دھڑکے گا تو جسم میں خون کا دورہ بھی متاثر ہو گا۔

☆ دل کو کمزور کرنے والی اہم ترین مصیبت اس کے اپنے دوران خون میں رکاوٹ ہے۔ جیسے کہ Coronary Thrombosis/Angina Pectoris ان بیماریوں میں دل کو توانائی مہیا کرنے والی شریانیں Coronary Arteries وقتی یا مستقل طور پر مسدود ہو جاتی ہیں۔

☆ دل کے والو اگر ٹھیک سے کام نہ کر رہے ہوں تو پریشر میں خرابیاں دل کے اندر کے دوران خون کو متاثر کرتی ہیں۔ اگرچہ Mitral Valve کی بیماریاں اب پہلے سے بہت کم ہیں۔ کیونکہ Rheumatic Fever پر قابو پایا جا چکا ہے۔ لیکن اس کے باوجود Aorta اور پھیپھڑوں کو آنے اور جانے والی نالیوں میں رکاوٹ دل کے عضلات کو متاثر کر سکتے ہیں۔

☆ مسلسل شراب نوشی کی وجہ سے دل کے عضلات براہِ راست متاثر ہوتے ہیں۔ اس لیے بادہ نوشوں کے دل کمزور ہو کر پھیل جاتے ہیں۔

☆ بلڈ پریشر میں زیادتی اس کا سب سے بڑا سبب ہے۔ خون کی نالیوں کے اندر دباؤ کی زیادتی کی وجہ سے دل کو پمپ کرنے میں زیادہ مشقت کرنی پڑتی ہے اور بوجھ میں مسلسل اضافہ کا مقابلہ کرتے کرتے وہ کمزور پڑ جاتا ہے۔

☆ دیسی علاج میں استعمال ہونے والے سنکھیا' پارا' تانبہ' قلعی' ہڑتال اور اور سیسہ سے بننے والے مرکبات دل کے عضلات پر براہ راست زہریلے اثرات رکھتے ہیں۔ ان کو استعمال کرنے والوں کو بلڈ پریشر' دل کا پھیلاؤ اکثر ہو جاتا ہے۔

☆ کچھ مریض ایسے ہیں جن کی بنیادی بیماری ٹھیک ہو چکی ہوتی ہے۔ مگر اس کے باوجود ان کو دل میں تکلیف ہو جاتی ہے۔

جسمانی بیماریوں میں سے اہم ترین ایڈز اور Sarcoidosis- Haemochromato-sis مشہور ہیں۔ لیکن یہ بیماریاں عام نہیں اور ان سے ہونے والے نقصانات جسم کے دوسرے حصوں پر بھی ظاہر ہوتے ہیں۔

علامات

عسر تنفس (سانس چڑھنا)DYSPNOEA

اس بیماری کی ابتدائی اور انتہائی علامت سانس میں تکلیف ہے۔ دل کی کارکردگی متاثر ہونے کے بعد جس طرح جسم میں خون کا ٹھہراؤ واقع ہوتا ہے اسی طرح پھیپھڑوں میں بھی خون جمع ہو کر وہاں پرCongestion پیدا کر دیتا ہے۔

مریض کو معمولی کام کرنے سے سانس چڑھ جاتا ہے۔ سانس چڑھنے کی یہ اذیت روز بروز بڑھتی چلی جاتی ہے۔ بغیر کچھ کیے بھی سانس چڑھتا رہتا ہے۔ کبھی یہ کیفیت لیٹنے میں زیادہ شدت سے محسوس ہوتی ہے۔ مریض اٹھ کر بیٹھ جاتا ہے۔ بیٹھنے سے سانس کی تنگی میں کچھ کمی آجاتی ہے۔ اس کیفیت کوOrthopnoea کہتے ہیں۔

دل کی اس بیماری کے مریضوں کے لیے ہسپتالوں میں چارپائیوں پر ایک علیحدہ سے بندوبست ہوتا تھا۔ جسےHeart Table کہتے تھے۔ مریض کو بیٹھنے کے علاوہ آگے کی طرف رکوع کی صورت میں جھکنے سے کچھ آرام محسوس ہوتا ہے۔ ایسے مریض بھی دیکھے گئے ہیں کہ جو تھوڑی دیر بھی لیٹ نہیں سکتے۔ ایسے میں بیٹھے بیٹھے سونا ایک مشکل کام ہے۔ ہارٹ ٹیبل میں سامنے کی طرف ایک سٹینڈ پر ایک تکیہ سا بنا ہوتا ہے۔ مریض حسب ضرورت جھک کر اپنا سر اس سٹینڈ پر رکھ لیتا ہے۔ تھکن اور سکون آور گولیوں کی وجہ سے اسے نیند آجاتی ہے۔

جدید علاج میں پیشاب آور ادویہ' دل کی مقویات خون کے ٹھہراؤ میں وقتی طور پر کمی لا سکتی ہیں۔ اس لیے اب مریضوں کو زیادہ عرصہ تک سانس کی گھٹن کی وجہ سے جاگنا ضروری نہیں رہا۔

سانس میں تکلیف رات کے وقت زیادہ ہوتی ہے۔ مریض ایک دم بیدار ہو کر چارپائی کے کنارے بیٹھ جاتا ہے۔ کسی کرسی وغیرہ کا سہارا لے کر جھکنے کی کوشش کرتا ہے۔

سانس لینے میں مشکل کے علاوہ کھانسی آتی ہے۔ جھاگ بھری بلغم نکلتی ہے۔ جس میں بار بار کی کھانسی کی وجہ سے خون کی لکیر بھی شامل ہو سکتی ہے۔

چہرے پر مردنی چھائی ہوتی ہے۔ ہونٹ نیلے پڑ جاتے ہیں۔ جسم پسینہ پسینہ ہو جاتا ہے۔ جسم سے جان نکلی جاتی ہے۔ کمزوری اور ناطاقتی تو ہر وقت رہتے ہیں۔ لیکن سانس کے اس دورہ کے بعد مریض بالکل بے حال ہو جاتا ہے۔ عام طور پر ایسے دورے 15-10 منٹ کے لیے ہوتے ہیں۔ اور پھر مریض کی سانس کچھ بہتر ہو جاتی ہے۔ اور وہ نڈھال ہو کر پڑ جاتا ہے۔

کئی مریض ایسے دوروں کے درمیان ہی وفات پا جاتے ہیں۔ اس بیماری کا اصل باعث بلڈ پریشر بھی ہو سکتا ہے۔ رات کو پیشاب زیادہ آتا ہے۔ جب کہ دن میں یہ مقدار اعتدال سے کم بھی ہو سکتی ہے۔

اکثر مریضوں کو آرام کرنے سے قدرے فائدہ محسوس ہوتا ہے۔ لیکن بات چیت میں سانس چڑھ جاتا ہے۔ دل کی رفتار بڑھ جاتی ہے۔ بلکہ وہ کبھی کبھی پھڑ پھڑانے بھی لگتا ہے۔ ہاتھ پاؤں ٹھنڈے رہتے ہیں۔ اس لیے گرم بستر کی ضرورت ہر وقت رہتی ہے۔

دل میں خون کی کمی کے وہ مریض جو اپنی بیماری کی علامات سے قدرے نجات حاصل کر چکے ہوتے ہیں ان کو پھر سے تکلیف شروع ہو جاتی ہے۔ سینے میں درد کی لہریں اٹھنے لگتی ہیں۔

دمہ کے مریض کی طرح سانس میں سیٹی کی آواز آتی ہے۔ نبض کبھی تیز اور کبھی ہلکی۔ لیکن باقاعدہ اور مسلسل نظر آتی ہے۔ کبھی کبھی گردن کے اطراف میں خون کی نالیاں پھیلی ہوئی نظر آتی ہیں۔

بائیں پھیپھڑوں میں پلورسی کی مانند پانی جمع ہو سکتا ہے۔ خون کے ٹھہراؤ کی وجہ سے جگر بڑھ جاتا ہے۔

معدہ اور آنتوں میں ٹھہراؤ کی وجہ سے بھوک کم ہو جاتی ہے۔ کھانا ہضم نہیں ہوتا

اور کھٹے ڈکار آتے ہیں۔ قبض اکثر ہو جاتی ہے۔

دل کا بایاں تو خراب ہوتا ہی ہے۔ اگر دایاں بھی خراب ہو جائے تو پیٹ میں پانی بھر جاتا ہے۔

جسم پر سوجن۔استسقاء قلبی CARDIAC ANASARCA

مریض کے جسم میں سوڈیم کی زیادہ مقدار جمع ہو جاتی ہے۔ چونکہ جسم سوڈیم کو ہمیشہ 0.9٪ محلول ہی کی صورت میں قبول کرتا ہے۔ اس لیے جسم میں سوڈیم کو 0.9٪ رکھنے کی غرض سے پانی کی کثیر مقدار اندر روکنی پڑتی ہے۔ جب جسم کے اندر پانی جمع ہو جائے تو ورم آجاتا ہے۔ یہ بالکل ایسی ہی کیفیت ہے جیسی کہ ذیابیطس کے مریضوں میں ہوتی ہے۔ ان کے خون میں شکر کی مقدار بڑھ جاتی ہے۔ اس لیے ان کی خوراک میں شکر کی مقدار کم کر دی جاتی ہے۔ ان مریضوں میں چونکہ سوڈیم کی مقدار بڑھ جاتی ہے۔ اس لیے ان کی غذا سے نمک کو خارج کر دینا ضروری ہو جاتا ہے۔ ورنہ اسلام نمک کو برکت کا ذریعہ قرار دیتا ہے اور عام حالات میں اسے منع کرنا مناسب نہیں سمجھتا۔

ورم کی ابتدا جسم کے ان حصوں سے ہوتی ہے جو دل سے دور ہیں۔ جیسے کہ پیر' پیروں سے ورم اوپر چڑھتا جاتا ہے اور ایک مرحلہ پر چہرے کو بھی اپنی زد میں لے لیتا ہے۔ مریض پہلے سے ہی کمزور اور فاقہ کشی کا شکار ہوتا ہے۔ اوپر سے جسم میں پانی جمع ہو کر وزن میں اضافہ ہو جاتا ہے۔ پیر من من بھر کے ہو جاتے ہیں۔ اور پیشاب کی مقدار کم ہو جاتی ہے۔

امراض قلب کی جدید کتابوں میں اس ورم کا ذکر بالواسطہ شکل میں ملتا ہے۔ کیونکہ جدید ادویہ سے ورم کو وقتی طور پر اتارا جا سکتا ہے۔ پیشاب آور ادویہ کے مسلسل استعمال سے جسم سے کئی اور ضروری چیزیں بھی نکل جاتی ہیں اور کمزوری حد سے بڑھ جاتی ہے۔ دیکھنے میں مریض ہڈیوں کا ڈھانچہ لگتا ہے۔

مرحوم کرنل الٰہی بخش فرمایا کرتے تھے کہ دل کی اس بیماری کے مریضوں کی

زندگی کم از کم 5 سال تک بڑھائی جاسکتی ہے۔ بشرطیکہ وہ ایک خاص خوراک اور حالات میں رکھے جاسکیں۔ ان کا خیال تھا کہ دل کے مریضوں کی ایک علیحدہ کالونی قائم کرنی چاہیے۔ آج کل کے علاج سے اکثر اسباب کا بندوبست کیا جاسکتا ہے۔ اس لیے یہ امکان موجود ہے کہ علیحدہ کالونی کا تکلف کیے بغیر بھی یہ مریض کچھ عرصہ زندہ رہ سکتے ہیں۔ لیکن مسلسل علاج، نگرانی اور پرہیز کے ساتھ۔

تشخیص کے طریقے

☆ خون کا ٹیسٹ

مریض کی کمزوری کے ایک اہم سبب خون کی کمی یعنی Anaemia کا پتہ چلایا جا سکتا ہے۔

گردوں کی صورت حال کا پتہ چلانے کے لیے Urea- Creatinine Sodium کا پتہ چلایا جاسکتا ہے۔

☆ استسقاء کے ایک مریض کے خون کا جب کیمیاوی تجزیہ کیا گیا تو یہ رپورٹ میسر آئی۔

Glucose (Fasting) 145 mg.

Urea 130 mg.

Creatinine 6.2 mg.

☆ پیشاب کا عام ٹیسٹ

اس میں البیومن اور Granular Casts کے علاوہ کوئی خاص چیز نہیں ملتی۔ البتہ یہ گاڑھا اور تیزابیت میں 5PH کے قریب ہوتا ہے۔

☆ ایکسرے

بیماری کی تشخیص میں چھاتی کا عام ایکسرے بڑی اہمیت رکھتا ہے۔

دل کا حجم پھیلا ہوا نظر آتا ہے۔ پھیپھڑوں میں خون کا ٹھہراؤ ان کے بالائی حصوں

کی نالیاں پھیلی ہوئی نظر آتی ہیں۔ اکثر اوقات چھاتی میں پانی بھرا ہوا ہوتا ہے۔ عام طور پر دائیں طرف پانی بھرنے کا امکان زیادہ ہوتا ہے۔

اس بیماری کی تشخیص میں سینے کا ایکسرے ایک کارآمد ترکیب ہے۔

☆ الیکٹروکارڈیوگرافی ECG

دل کی حرکات کی یہ ریکارڈنگ جسم کے بڑھنے' عضلات کی کمزوری اور دل کو خون کے مہیا نہ ہونے کا پتہ دے سکتی ہے۔

دل کی اکثر بیماریوں کی تشخیص اور مریض کی تندرستی کا قابل اعتماد علم اس ترکیب سے ہو سکتا ہے۔ لیکن بدقسمتی یہ کہ اس کی لکیروں کو ٹھیک سے پڑھنے اور ان سے صحیح نتیجہ اخذ کرنے کا علم چند ہی لوگوں کو ہے۔ دیکھا گیا ہے کہ لوگ بعض پرائیویٹ مراکز سے ECG کروا کر لاتے ہیں۔ اکثر اوقات عجیب و غریب نتائج مذکور ہوتے ہیں۔

ایک دوست کو پیٹ میں اپھارہ تھا۔ چھاتی میں بھی درد ہو رہا تھا۔ ایک مشہور لیبارٹری میں گئے جس کے مالک سے ان کی ذاتی شناسائی بھی تھی۔ اس نے ECG کا مشورہ دیا۔ اگلے دن نتیجہ ملا کہ ان کو دل کا دورہ پڑا ہوا ہے۔ ساتھ ہی ایک مشہور ماہر قلب کے نام تعارفی خط بھی مل گیا۔

لیبارٹری والوں نے ماہر قلب پر اپنی شفقت کا احسان چڑھا کر ایک ''آسامی'' روانہ کر دی۔

دل کے ڈاکٹر شریف اور دیانتدار تھے۔ انہوں نے مریض کو مشکل سے یقین دلایا کہ ان کا دل بالکل ٹھیک ہے۔ البتہ رپورٹ پڑھنے والے سے غلطی ہوئی ہے۔

اس لیے ECG کسی تجربہ کار ڈاکٹر سے کروائی جائے اور اگر شبہ کی کوئی بات ہو تو دل کے کسی ماہر ڈاکٹر سے مزید رائے لی جائے۔

الٹرا ساؤنڈ

دل کے الٹرا ساؤنڈ کو Echo Cardiography کہتے ہیں۔ بلڈ پریشر کے باعث دل پھیلنے کے بعد اگلا مرحلہ دل کے عضلات کا ڈھیلا پڑ جاتا ہے۔ ایکو کی ایک رپورٹ بلڈ پریشر کی تشخیص کے ساتھ شامل ہے۔

علاج

دل کے افعال کے مظہر دو خانے ہیں۔ بایاں بطن اور دایاں بطن Left & Right Ventricles ہیں۔ ان دونوں میں سے کوئی ایک فیل ہو کر یہ بیماری پیدا کر سکتا ہے۔ بایاں بطن اگر خراب ہو جائے تو وہ دائیں کو بھی متاثر کر سکتا ہے۔

ظاہری حالات میں اس بیماری کا علاج کیا جا سکتا ہے۔ اور اکثر مریضوں کو علامات سے نجات مل جاتی ہے۔ لیکن بیماری بہر حال باقی رہتی ہے۔ اندازہ لگایا گیا ہے کہ جن مریضوں کی علامات شدید نہ ہوں ان میں سے سالانہ 12 فیصدی وفات پا جاتے ہیں۔ بلکہ یہ تعداد 50 فیصدی تک بھی جا سکتی ہے۔ سقوط قلب کے مریضوں میں 50 -40 فیصدی گردوں کی خرابی اور دل کی رفتار فوری طور پر بڑھ جانے کی وجہ سے ہلاک ہو جاتے ہیں۔

جن کے دلوں میں پھڑ پھڑانے کی صورت پیدا ہو جائے ان کے بچ جانے کے امکانات مزید کم ہو جاتے ہیں۔ لیکن بد قسمتی یہ کہ پھڑ پھڑانے کی کیفیت اکثر مریضوں کو ہو جاتی ہے۔ اس لیے دل کے پھڑ پھڑانے کو ایک معیار قرار دے کر مریض کی زندگی کے بارے میں کوئی پیش گوئی نہیں کی جا سکتی۔

اس باب میں اگر اسلامی تعلیمات کے دو اصول توجہ میں رکھے جائیں تو مریض کو کبھی مایوسی یا ندامت نہ ہو گی۔

☆ اللہ نے ایسی کوئی بیماری نہیں اتاری جس کا علاج نہ ہو۔ اس لیے مایوسی عبث ہے۔

☆ زندگی دینا یا لینا یا شفاء اللہ کے ہاتھ میں ہے۔

دل کی تبدیلی کا اپریشن

جنوبی افریقہ کے ڈاکٹر کرسچن برنارڈ نے سقوط کے مایوس مریضوں کے دل تبدیل کیے۔ اس کے مریض زیادہ عرصہ زندہ نہ رہ سکے۔ لیکن اس کے کارنامے سے دوسروں نے سبق سیکھا۔ غلطیاں دور کیں۔ خدشات کو کم کیا۔ پروفیسر اعجاز الحسن اور پروفیسر افتخار راٹھور نے امریکی سرجن کولی کو دل کی تبدیلی کے اپریشن کرتے خود دیکھا ہے۔ یہ دونوں امراض سینہ کے معالج ہیں۔ پروفیسر افتخار بتاتے ہیں۔

اپریشن بلاشبہ کارکردگی کا شاندار مظاہرہ تھا۔

آج کی صورت حال یہ ہے کہ دل کی تبدیلی کے 90 -80 فیصد مریض پہلا سال خوشگواری کے ساتھ گزار لیتے ہیں۔اور 70 فیصد مریض 5 سال کے بعد بھی زندہ پائے گئے۔

ایک بھارتی سرجن نے دعویٰ کیا کہ اس نے مریض کے بے کار دل کو نکال کر اس کی جگہ سور کا دل لگا دیا ہے۔ مریض خوش و خرم اور زندہ ہے۔ اس شہرت کے سال بعد مزید تحقیقات پر معلوم ہوا کہ ایسا کوئی اپریشن سرے سے ہوا ہی نہیں اور سارا قصہ جھوٹ تھا۔

سقوط قلب کی اس بیماری میں دل کے عضلات کام کرنے کے قابل نہیں رہتے۔ جتنی بھی دوائیاں دیں ان مردہ عضلات میں جو پھیل بھی چکے ہیں پھر سے جان نہیں پڑتی۔ مریض جتنے دن زندہ رہتا ہے کھینچ گھسیٹ کر ہی سانس لیتا ہے۔ ایسے میں بے کار اور مفلوج دل کو تبدیل کرنے کا خیال یقیناً ایک اچھا خیال ہے۔ لیکن اس راستہ میں مشکلات کے کئی دریا پڑتے ہیں۔

سب سے پہلا مسئلہ یہ ہے کہ مریض کو لگانے کے لیے صحت مند دل **کہاں** سے دستیاب ہو۔ صورت یہ ہوگی کہ مریض ہسپتال میں داخل ہو۔ اس کے اپریشن کا منصوبہ بنا کر

بنیادی معاملات طے کر لیے جائیں اور اس دوران کوئی صحت مند شخص کسی حادثہ میں ہلاک ہو جائے۔ متوفی کے لواحقین اس کا دل نکالنے کی اجازت دے دیں اور یہ سارا واقعہ کم سے کم عرصہ میں تکمیل پا جائے۔

بیمار دل کی جگہ نئے دل کا میسر آنا اتفاقات پر مبنی ہے۔ بلکہ دل کا میسر آنا بھی ایک خوشگوار حادثہ سے کم نہیں ہوتا۔ امریکہ اور برطانیہ کے ہسپتالوں میں سینکڑوں مریض دل کے حصول کا انتظار کرتے کرتے راہی ملک عدم ہو جاتے ہیں۔

اپریشن کا سازو سامان' حالات اور تجربہ آسان کام نہیں۔ ہندوپاک میں یہ معجزہ ابھی تک سرانجام نہیں پایا۔ یہ اپریشن بڑی احتیاط سے گنے چنے مریضوں کا ہی ہو سکتا ہے۔ اور جس کا اپریشن کرنا ہو اس کا پروگرام بیماری کے بڑھنے سے پہلے بنا لیا جائے۔ خون جب جسم کے اطراف میں جمنے لگے۔ گردے کام چھوڑ دیں' جگر پھیل جائے اور پیٹ میں پانی بھر جائے تو ایسے میں دل کی تبدیلی بے سود ہو گی۔

یہ اپریشن جان لیوا ہے۔ مریض اور سرجن دونوں یکساں اذیت سے گزرتے ہیں۔ جسم کو نئے دل کو قبول کرنے پر آمادہ کرنے کے لیے کورٹی سون اور Cyclosporines کی کثیر مقدار دی جاتی ہے۔ جن کی وجہ سے بلڈ پریشر' گردوں کی خرابی' دل کا دورہ' خون کی نالیوں کی سوزش اور کینسر کی بعض اقسام ہو سکتی ہیں۔

عملی علاج

1- مریض کو زیادہ سے زیادہ آرام دیا جائے۔ مرض کی اکثر حالتوں میں مریض ذاتی طور پر ہلنے جلنے کے قابل ہی نہیں ہوتا۔ معمولی حرکت سے سانس چڑھ جاتا ہے اور جسم میں ناطاقتی شدید ہوتی ہے۔ مریض کا بیشتر وقت بستر پر بسر ہونا چاہیے۔ یہ درست ہے کہ زیادہ ہلنا جلنا تکلیف کا باعث ہوتا ہے۔ لیکن یہ ضروری ہے کہ تھوڑی بہت ورزش ضرور کی جائے۔ دیکھا گیا ہے کہ محدود اور کسی ماہر کی نگرانی

میں کی گئی معمولی ورزش اکثر مریضوں کی علامات میں کمی کا باعث ہوتی ہے۔

-2 سانس میں تنگی اور گھبراہٹ کے لیے خاص طور پر جب چہرہ نیلا پڑ جائے۔ تو مریض کو آکسیجن دی جائے۔ آکسیجن کی ترکیب، مقدار اور عرصہ معالج کو فیصلہ کرنا ہے۔

-3 اکثر معالج مریض کو نمک نہیں کھانے دیتے۔ اسلام نے نمک کی جو اہمیت عطا کی ہے اس کا نتیجہ یہ نکلا ہے کہ اب جدید معالج بھی مریض کو نمک سے مکمل طور پر منع نہیں کرتے۔ کہتے ہیں کہ مریض کو دن میں 2 گرام (آدھا چھوٹا چمچ) نمک کے استعمال کی اجازت رہے گی۔ اس میں سے ایک گرام تو سبزیوں اور خوراک کا حصہ ہوتا ہے جب کہ کھانے کو ذائقہ دینے کے لیے ایک گرام نمک کافی ہے۔

سقوطِ قلب کے مریضوں کی حالت خراب کرنے میں نمک کی کمی کو بھی دخل ہوتا ہے۔ یہ عجیب بات ہے کہ نمک زیادہ ہو تو جسم کے ورم میں اضافہ ہوتا ہے۔ کم ہو تو کمزوری بڑھتی ہے۔ پہلے یہ خیال تھا کہ خوراک کو ذائقہ دینے کے لیے مصنوعی نمک Salt Substitute استعمال کیا جائے۔

نمک کے استعمال پر زیادہ پابندی کی ضرورت اس لیے بھی نہیں رہی کہ علاج کے دوران Naclex جیسی دوائیں استعمال ہوتی ہیں جو جسم میں موجود نمک کو خارج کر دیتی ہیں۔ اس لیے نمک اگر زیادہ بھی ہو تو اسے قابو میں لایا جا سکتا ہے۔

-4 سقوطِ قلب کے اسباب میں دل کے عضلات کی بیماریاں۔ بلڈ پریشر، دل کے بطن کا پھیلاؤ کا علاج کیا جا سکتا ہے۔ اس لیے سب سے پہلے سبب تلاش کیا جائے اور اس کے مطابق اگر علاج کیا جائے تو بیماری کو بڑھنے سے شاید روکا جا سکے۔

-5 اس بیماری کے علاج کا زیادہ تر دارومدار مریض کو بار بار پیشاب لانے پر منحصر ہوتا ہے۔ پرانے استاد سیماب کے مرکب Mersalyl کے انجکشن دیتے تھے۔ آج کل -Aquamox` Lasix` Aldactone اور اس نوع کی دوسری

دوائیں کثرت سے مل گئی ہیں۔ ان کو حالات اور ضرورت کے مطابق استعمال کیا جاتا ہے۔

بازار میں ملنے والے عام قسم کے پیشاب آور شربت مفید ہونے کی بجائے مضر ثابت ہوتے ہیں۔

-6 دل کی طاقت کے لیے عرصہ دراز سے Digitalis نام کی نباتاتی دوائی مقبول چلی آرہی ہے۔ اس کا جزو عامل Digoxin کے نام سے تریاق کی شہرت رکھتا آیا ہے۔ دوائی کے اثرات اتنے یقینی سمجھے جاتے ہیں کہ لوگ مریض کی حالت کا اندازہ اسے Digitalise کرنے کی اصطلاح سے لیتے ہیں۔

ڈیجی ٹیلس دل کے پمپ کرنے کی قوت میں اضافہ کرتی ہے اور دل کی رفتار کو کم کرتی ہے۔ جس سے مریض کی اکثر تکالیف چند دنوں میں کم ہو جاتی ہیں۔

ڈیجی ٹیلس کی مقدار اگر بڑھ جائے تو بھوک اڑ جاتی ہے۔ سر درد ہوتا ہے۔ بینائی میں ضعف آ جاتا ہے۔ اس لیے اس کا استعمال' مقدار اور گڑبڑ کا بندوبست ماہر ہاتھوں میں ہونا چاہیے۔

-7 خون کی نالیوں کو کھولنے یا چوڑا کرنے والی ادویہ بھی آ گئی ہیں۔ جن میں پرانی Aminophylin تھی۔ اور اب بھی مقبول ہے۔ اس کے علاوہ Angised` Isordil وغیرہ کی خاصی شہرت ہے۔

-8 حال ہی میں دل اور نالیوں پر اثر رکھنے والی ادویہ کی ایک نئی کھیپ بازار میں آئی ہے۔ جن کو ACE کہتے ہیں۔ ان میں Enalpril` Captopril کو بڑی توجہ حاصل ہے۔

امریکہ میں کیے گئے تفصیلی سروے کے بعد یہ ثابت ہو گیا ہے کہ جب دل کا بایاں بطن پھیل جائے تو یہ دوائیں سقوط قلب کے عمل کو ملتوی کر سکتی ہیں۔

-9 سقوط قلب کے ساتھ پھیپھڑوں میں سوزش ہو سکتی ہے۔ ایسے میں جراثیم کش

ادویہ Artibriotics کا استعمال ضروری ہوتا ہے۔

10- دل کے ماہرین کو سکون آور ادویہ دینے کا بڑا شوق ہے۔ سانس میں گھٹن کی وجہ سے بلا شبہ نیند اڑ جاتی ہے۔ مریض کو گھبراہٹ اور بے قراری بھی ہوتی ہے۔ ایسے میں سکون آور کھلانے والی خشیات بڑی مقبول ہیں۔

یونانی علاج

اطباء قدیم نے اس بیماری کے علاج میں جو کچھ بھی تجویز کیا ہے وہ طب جدید کے مطابق ہے۔ غذا کے بارے میں ہدایات کا خلاصہ یہ ہے۔

1- روٹی میں نمک نہ ڈالا جائے۔

2- نقلی مکھن Margarine دھو کر استعمال کیا جائے۔

3- چوپایوں کے گوشت میں سوڈیم کی مقدار زیادہ ہوتی ہے۔ اس لیے سرخ گوشت دیا جائے۔

4- پڈنگ' کیک دیا جا سکتا ہے۔ لیکن ان کی تیاری میں سوڈیم بائی کاربونیٹ (میٹھا سوڈا) کی جگہ پوٹاشیم کا نمک ڈالا جائے۔

5- مکھن نکلا دودھ ایک پاؤ روزانہ۔ روزانہ ایک ابلا ہوا انڈا کھایا جا سکتا ہے۔

6- ڈبوں کا گوشت' مچھلی' نمکین مچھلی' شوربہ' پنیر' ڈبوں کی سبزیاں' اچار' چاکلیٹ' تمام خشک میوے از قسم چلغوزہ' مونگ پھلی' ماسوائے آلو بخارا منع ہیں۔

7- سرکہ' پودینہ' رائی' چائے کافی کے استعمال پر کوئی پابندی نہیں۔

8- نمک مریض کے لیے ممنوع ہے۔ اس لیے چینی' چاول اور پانی سے غذائیں تیار کی جائیں۔

9- مریض مسلسل آرام کرے۔ آرام کرنے سے غذا کی ضرورت بھی کم ہو جاتی ہے۔

قلب کی قوت کے لیے دواء المسک، خمیرہ ابریشم حکیم ارشد والا اور تریاق اربعہ کا استعمال کیا جائے۔

طب نبویؐ

سقوط دوران قلب ایک جسمانی کیفیت ہے جو خون کے ٹھہراؤ، گردوں پر بوجھ اور جسم کی بافتوں کے لیے آکسیجن میں کمی کی وجہ سے شدید کرب اور عمر میں کمی کا باعث سے ہوتی ہے۔ اس بیماری کے اسباب عضلات کی کمزوری کے علاوہ دل کو خون کی کمی، اور دل کے والو کی خرابیاں ہیں۔ جب دل اپنی پوری طاقت سے جسم کو خون مہیا نہیں کر سکتا تو خون کے ٹھہراؤ کے ساتھ ساتھ جسم کو غذا اور آکسیجن کی کمی لاحق ہو جاتی ہے۔ کارکردگی کی ہر خامی جسم کے لیے مسائل کا باعث بنتی ہے۔

طب جدید میں علاج کے ضمن میں یہ مقاصد سامنے رکھے جاتے ہیں :-

1- بلڈ پریشر کو قابو میں رکھا جائے۔

2- دل کی رفتار کو اعتدال میں رکھتے ہوئے اس کی دھڑکن کو مضبوط بنایا جائے۔

3- خون کے ٹھہراؤ کو دور کیا جائے۔

4- گردوں پر سے بوجھ کو کم کیا جائے۔

اسی ترکیب سے جسم کے ورم اور پیٹ میں پانی کو کم جائے۔

ان مقاصد کے لیے جو دوائیں استعمال کی جاتی ہیں ان میں سے ابھی تک کوئی بھی ایسی نہیں ہے جو اپنا مقصد پورا کرتی ہے۔ ڈیجی ٹیلس جزوی طور پر مفید ہے۔ گزارا ٹھیک ٹھاک کر سکتی ہے۔ لیکن اس کے ذیلی اثرات اور مستقل اثرات ناپسندیدہ ہیں۔

اگر ہم طب نبویؐ کی طرف دیکھیں تو ہمیں اپنی ضرورت کی تقریباً سبھی ادویہ اور ذرائع میسر آسکتے ہیں۔

خردل قرار دیا ہے۔ (خردل کو ہمارے یہاں السی کہتے ہیں جو کہ بالکل مختلف چیز ہے) الہروی نے اسے الحبۃ الخضراء قرار دیا ہے۔ لیکن یہ شونیز ہے اور اس میں کوئی مغالطہ نہیں۔ یہ نفخ کو دور کرتی ہے۔ پیٹ سے چرنے کیڑے نکال دیتی ہے۔ بخار اتارتی ہے۔ بلغم نکالتی ہے۔ رکاوٹیں کھولتی ہے، معدہ اور لبلبہ کی رطوبتوں کو اعتدال پر لاتی ہے۔ (یہ بات ذیابیطس کے علاج میں بڑی اہمیت رکھتی ہے) اگر اسے پیس کر گرم پانی میں شہد کے شربت کے ساتھ پیا جائے تو گردوں اور مثانہ سے پتھری نکال دیتی ہے۔ اس کے اضافی فوائد میں دودھ، حیض اور پیشاب کو کھول کر لانا بھی شامل ہے۔ زکام میں اس کا سونگھنا اور پینا مفید ہے۔ اس کے بیج پیس کر دودھ میں ملا کر پینے سے یرقان میں فائدہ ہوتا ہے۔ اس کو مسلسل کھانے سے لقوہ اور فالج دور ہو جاتے ہیں۔ محدثین کہتے ہیں کہ اسے ٹھنڈے پانی کے ساتھ پیس کر پینے سے باؤلہ پن ختم ہو جاتا ہے۔ اسی جوشاندہ کو پینے سے بواسیر ختم ہو جاتی ہے اور جانوروں کے کاٹے کا زہر خاص طور پر بھڑ کا زائل ہو جاتا ہے۔ بعض لوگوں نے اسے سانپ کے زہر کے لیے بھی تریاق قرار دیا ہے۔

کلونجی کو سرکہ میں پکا کر اس کی کلیاں کرنے سے مسوڑھوں کی سوزش اور دانتوں کا درد جاتا رہتا ہے۔ اسے آنکھوں میں پیس کر ڈالنے سے موتیا اگر ابتداء میں ہو تو ٹھیک ہو جاتا ہے۔ سرکہ اور کلونجی کا مرکب جلدی امراض، ایگزیما وغیرہ میں از حد مفید ہے۔ زیتون کے تیل میں کلونجی کو ابال کر چھان کر اس تیل کے چند قطرے کان میں ڈالنے سے اس کی سوزش ٹھیک ہو جاتی ہے۔ یہ مرکب ناک میں ڈالنا پرانے زکام میں مفید ہے۔

زخموں پر چھلکے آتے ہوں تو چند روز کلونجی اور تیل لگائیں پھر کلونجی اور سرکہ لگانے سے جسم کے کسی بھی حصہ کے پھوڑے پھنسیاں ٹھیک ہو جاتے ہیں۔ جلد کے داغ جاتے رہتے ہیں اور برص میں فائدہ ہوتا ہے۔

اطباءِ قدیم کے مشاہدات

سردکھانسی، دردِ سینہ، استسقا اور ریاحی قولنج میں مفید ہے۔ پیٹ کے کیڑوں کو خارج

کرتی ہے۔ اگر قے میں پیپ آتی ہو متلی کے ساتھ تلی میں ورم ہو۔ اور سانس لینے میں تکلیف ہوتی ہو تو کلونجی سے جلد فائدہ ہوتا ہے۔ اسے پانی میں پکا کر شہد ملا کر پینے سے مثانے کی پتھری نکل جاتی ہے۔ اسے نہار منہ روغنِ زیتون کے ساتھ کھایا جائے تو چہرے کا رنگ سرخ ہو جاتا ہے۔ اسے گرم کر کے سونگھنے سے زکام دور ہو جاتا ہے۔

ویدک طب میں بھی کلونجی مقبول ہے۔ ان کے مشاہدات میں یہ پیٹ اور معدہ کے بادی کے درد دور کرتی ہے۔ بدہضمی اور ضعفِ ہضم کا علاج ہے۔ عورتوں کا دودھ بڑھاتی ہے۔ پھوڑوں کا علاج ہے۔ چونکہ یہ بچہ نکال دیتی ہے۔ اس لیے حاملہ عورتوں کو نہ دینی چاہیے۔ اس کا تین ماشہ سفوف مکھن میں ملا کر چٹانے سے ہچکی بند ہو جاتی ہے۔ پیشاب کی رکاوٹ کو دور کرتی ہے۔

سرکہ اور صنوبر کی لکڑی کے برادہ کے ساتھ کلونجی کو ابال کر دانتوں پر لگانے سے درد جاتا رہتا ہے۔ سرکہ اور کلونجی لگانے سے مسّے جھڑ جاتے ہیں کلونجی اور حب الرشاد کو ملا کر سرکہ میں ابال کر گنج پر لگانے سے بال اگ آتے ہیں۔ اس کے دھوئیں سے زہریلے کیڑے بھاگ جاتے ہیں۔ اسے گرم کپڑوں میں رکھیں تو ان کو کیڑا نہیں لگتا۔

کلونجی، باپچی، گوگل، دار ہلد کی جڑ، گندھک میں سے ہر ایک پانچ تولہ کو ناریل کے دو بوتل تیل میں پیس کر ڈال دیں۔ یہ بوتل سات دن تک دھوپ میں پڑی رہے کبھی کبھی ہلاتے رہیں۔ پھر چھان کر تیل علیحدہ کر لیں۔ اس تیل کو لگانے سے اکثر جلدی بیماریاں اور برص ٹھیک ہو جاتے ہیں۔ پانی میں کلونجی ملا کر لیپ کرنے سے چھیپ جاتی رہتی ہے۔

کیمیاوی ہیئت

کلونجی کے بیجوں میں دو قسم کے تیل ہوتے ہیں۔ ایک وہ جو اڑ جانے والا ہوتا ہے اور دوسرا گاڑھا، فرازی تیل ۱ء۵ فیصدی جبکہ گاڑھا تیل ۳۷ء۵ فیصد ہوتا ہے۔ اس کے علاوہ البیومن، مٹھاس، لیس دار ملورنا میاتی تیزاب اور گلوکوسائیڈ MELANTHIN METARBIN

کے علاوہ کڑواہٹ والے عناصر پائے جاتے ہیں۔اس میں پایا جانے والا گلوکوسائیڈ سیمائی اثرات رکھتا ہے۔اس لیے کلونجی کو زیادہ مقدار میں مسلسل کھانا تکلیف کا باعث ہوسکتا ہے۔

جدید مشاہدات

اطباء نے ابتداء ہی سے اسے امراض البطن میں بڑے اہتمام سے استعمال کیا ہے۔ کیونکہ وہ اسے زیرہ کی قسم سمجھتے رہے ہیں۔ جالینوس کو پیٹ کی بیماریوں کے علاج میں بڑا دعویٰ تھا۔اس باب میں اس کا مجرب نسخہ کلونجی کو شہد میں ملا کر دینا تھا۔اتفاق سے یہ ایک ایسی ترکیب ہے کہ اسے پیٹ کی بیماریوں کے علاوہ سانس کی گھٹن ،جگر کی خرابی، پھوڑے پھنسیوں اور اعصابی تکالیف میں بڑے اعتماد کے ساتھ دیا جاسکتا ہے۔

نبی صلی اللہ علیہ وسلم نے اسے ہر بیماری میں شفا قرار دیا ہے۔اس اصول کو سامنے رکھ کر ذیابیطس کے مریضوں کو تین حصہ کلونجی اور ایک حصہ کاسنی کے بیج ملا کر ناشتہ کے بعد ایک چھوٹا چمچ دیا گیا۔ایک ہفتہ میں خون میں گلوکوس کی مقدار کم ہونے لگی۔ پیشاب میں شکر ختم ہوگئی۔اب تک چار ہزار مریضوں پر یہ علاج نہایت اچھے نتائج کے ساتھ استعمال کیا جاچکا ہے۔لیکن ذیابیطس کے لیے اسے مکمل شفا قرار دینا ابھی قبل از وقت ہے۔مزید مشاہدہ کی ضرورت موجود ہے۔اس کے بیجوں کو دودھ اتارنے ،حیض کا خون بڑھانے اور پیشاب لانے کے لیے استعمال کیا جاتا ہے۔یورپ میں درد سے حیض آنے کے لیے یہ مشہور دوائی ہے۔زیادہ مقدار میں دینے سے اسقاط کا خطرہ ہوسکتا ہے۔

پیٹ سے ہوا نکالنے اور بدہضمی میں مفید ہے۔کلونجی کے ساتھ قسط شیریں ہموزن ملا کر ناشتہ اور رات کو کھانے کے بعد دیں تو پرانی پیچش کے علاوہ دمہ میں بھی مفید ہے۔دمہ کے وہ مریض جن پر دیگر ادویہ کا اثر نہیں ہورہا تھا کلونجی کی آمیزش سے بہتر ہونے لگے۔

قسط شیریں جنسی کمزوری کے لیے اچھی دوائی ہے۔مگر بسا اوقات اس کا تنہا اثر مفید نہیں ہوتا۔ایسے میں اس کے ساتھ حب الرشاد اور کلونجی کو جب شامل کیا گیا تو فائدہ جلد ہو

گیا۔

کلونجی کو قسط اور حب الرشاد میں ہم وزن ملا کر پینے کے بعد سرکہ میں حل کر کے اُبالا گیا۔ پھر چھان کر ادویۂ کے پھوک نکال دیتے۔ یہ لوشن جلدی امراض کے لیے از حد مفید رہا۔ اگر چہ جلد کے امراض کی ایک لمبی فہرست ہے اور ایسی کوئی دوائی موجود نہیں جو ہر ایک میں مفید ہو۔ لیکن یہ نسخہ اکثر بیماریوں میں فائدہ دیتا ہے۔

کلونجی اور حب الرشاد کو ہم وزن ملا کر توے پر جلا کر اسے سرکہ میں حل کر کے مرہم بنائی گئی یہ مرہم برص کے داغوں پر لگانے سے داغ تین سے چار ماہ میں ٹھیک ہو گئے۔ مگر اس کے ساتھ اسی نسخہ کو بھونے بغیر خالص صورت میں شہد کے شربت کے ساتھ مریض کو ایک چمچہ روزانہ کھلایا گیا۔ برص وہ بیماری ہے جس کا عام حالات میں کوئی علاج نہیں۔ مگر اس سے ٹھیک ہو گئی۔ گرتے بالوں بلکہ گنج پر بال اُگانے کے اور بفہ کے علاج میں کلونجی اور مہندی کو سرکہ میں حل کر کے اگر سر پر تیسرے دن ایک گھنٹہ کے لیے لگایا جائے تو مفید ہے۔

بھارتی ماہرین نے اسے نفخ، درد شکم، قولنج، استسقا، ضعف، اعصاب، ضعف دماغ، نسیان، فالج اور رعشہ میں مفید قرار دیا ہے۔ پرانے حفاظ بچوں کو قرآن حفظ کراتے وقت یادداشت کو بہتر بنانے کے لیے نہار منہ کلونجی کے چند دانے کھلاتے تھے۔

آج کل بازار میں کلونجی کا تیل مل رہا ہے۔ لوگ اسے بڑے اعتماد کے ساتھ استعمال کر رہے ہیں۔ کلونجی میں دو قسم کے تیل ہوتے ہیں۔ ایک قسم اُڑ جاتی ہے۔

بیجوں میں موجود شفائی اثرات کا کچھ حصہ کھلی یا پھوک میں رہ جاتا ہے۔ اس لیے یہ امید نہیں کی جا سکتی کہ تیل میں وہ تمام فوائد ہوں گے جو بیجوں میں ہوتے ہیں۔

-☆-

کھجور ۔۔۔ تمر، بلح، رطب

DATES

PHOENIX DACTYLIFERA

کھجور ایک عام درخت ہے جو مشرقِ وسطیٰ، امریکہ اور ایشیائی ممالک میں کثرت سے پایا جاتا ہے۔ شمالی افریقہ بھی کھجور کا گھر ہے۔ امریکہ میں کیلی فورنیا کی کھجوریں بڑی لذیذ اور مقبول ہیں۔ ہندوستان میں راجستھان، مہاراشٹر میں یہ کثرت سے ہوتی ہیں۔ مالا بار ٹر اونکور اور میسور کے علاقہ میں کھجور کی ایک قسم PHOENIX FARINI FERA پائی جاتی ہے۔ جسے ہندی میں پلوت کہتے ہیں۔ یہ حجم میں چھوٹی اور مٹھاس میں قدرے ہلکی ہوتی ہے۔ اس میں لیس دار مادہ زیادہ ہوتا ہے۔ اسی طرح مغربی گھاٹ کے علاقہ میں ایک جنگلی قسم PHOENIX SYLVESTRIS جسے مہاراشٹر کے لوگ شنڈی کہتے ہیں۔ انگریزی میں یہ جنگلی کھجور کے نام سے موسوم ہے۔ اسے تنے سے نکلنے والے لیس دار پانی کے لیے زیادہ تر کاشت کیا جاتا ہے اور کہا جاتا ہے کہ اس کھجور میں توانائی دوسروں سے زیادہ ہوتی ہے۔

پاکستان میں کھجور کے لیے خیر پور، ملتان اور ڈیرہ غازی خاں کے علاقے اگرچہ زیادہ مشہور ہیں۔ مگر کھجور چاروں صوبوں میں ملتی ہے۔ بلکہ صوبہ سرحد میں کھجوریں اگرچہ کم ہوتی ہیں مگر ان کا معیار عمدہ ہوتا ہے۔ اسی طرح لاہور کے آس پاس بھی پائی جاتی ہیں مگر عمدگی نہیں ہوتی۔ کہتے ہیں کہ خیر پور اور ڈیرہ غازی خان کے علاقہ میں کھجور کی 95 اقسام کاشت

کی جاتی ہیں اور وہاں اس کا مربہ بھی ڈالا جاتا ہے۔

عربی ایک جامع اور مکمل زبان ہے جس میں تلوار کے سو نام ہیں۔ ہر نام تلوار کی مختلف حیثیت کو ظاہر کرتا ہے۔ اسی طرح کھجور کے جملہ اقسام اور حالتیں علیحدہ نام رکھتی ہیں۔

بلح: یہ کچی کھجور ہے جو خواہ درخت کے ساتھ لگی ہو یا اتار لی گئی ہو۔

لبسرہ: یہ کچی اور زرد کھجور ہے۔

لبسر: کچی کھجوریں جب پکنے کے قریب آ جائیں۔ مگر ابھی پکی نہ ہوں۔

طلع: جب کونپلوں سے پھل بننے لگے تو یہ پہلا شگوفہ ہے جو درخت پر ظاہر ہوتا ہے۔

رُطب: وہ کھجور جو درخت پر لگی ہوئی پوری طرح پک جائے۔ اگر اسے اتارا نہ جائے تو اپنے آپ بھی گر جاتی ہے۔ قران مجید نے حضرت مریم علیہ السلام کو یہی چیز زچگی کی کمزوری کے لیے مرحمت فرمانے کا ذکر کیا ہے۔

تمر: درخت سے پکنے کے بعد خشک کھجوریں عام طور پر کھائی جاتی ہیں۔

جمار: کھجور کا گابھا۔

حشف: ردی کھجوریں۔

قرآن مجید میں کھجور کا ذکر صرف رطب اور نخل کی صورت میں آیا ہے۔ جبکہ احادیث میں یہ آٹھ ناموں سے موسوم ہونے کے علاوہ گچھوں کے ذکر میں دوال کے نام سے مذکور ہیں۔ پانی میں بھگو کر عرق یا شربت نبیذ ہے۔

ہندوپاک میں کھجور کی تین قسمیں مشہور ہیں۔ کچی کھجور، پکی ہوئی کھجور اور خشک کھجور یعنی چھوہارا۔ سندھ اور راجستھان میں قسمیں تو یہی ہیں مگر ان کے نام ذرا پیچیدہ ہیں ہاسون، لونی کھرکون، دینا کیون۔

کھجور کا درخت بنیادی طور پر گرم علاقوں میں ہوتا ہے۔ اور یہ ان علاقوں میں بھی پھل دیتا ہے جہاں پانی کم ہو۔ لمبائی میں تیس میٹر تک چلا جاتا ہے مگر اب ٹھنگنی اقسام بھی کاشت کی جا رہی ہیں۔ اس کے بارے میں کہا جاتا ہے کہ اس کا سر دھوپ کی وجہ سے آگ

میں اور پیر یعنی جڑیں پانی میں ہوتی ہیں۔ گرم علاقوں میں زیرِ زمین پانی کی سطح نیچی ہوتی ہے اس لیے کھجور کے درخت کی جڑیں بڑی گہری اور لمبی ہوتی ہیں تاکہ یہ دور دور سے اپنے لیے پانی اور توانائی حاصل کر سکے۔ مگر ایسے علاقوں میں بھی پایا جاتا ہے جہاں پانی چھ فٹ پر موجود ہوتا ہے۔ خلیج عرب کے کنارے کے اکثر ممالک میں، خاص طور پر سعودی عرب کے الشرقیہ کے ساحلی علاقوں میں خاص طور پر القطیف اتاروت، الجبیل، راس تنورہ میں کھجوروں کے گھنے گھنے جنگل ملتے ہیں۔

کھجور کا درخت جنس کے لحاظ سے مذکر اور مونث ہوتا ہے۔ مذکر کو پھل نہیں لگتا جبکہ اس کے دانے مونث پودوں کو بارور کرنے کے لیے ہوا یا باغبانوں کی کوشش سے پہنچائے جاتے ہیں۔ پھل شدید گرمی میں لگتا ہے جو گچھوں کی شکل میں ہوتا ہے۔ ایسے درخت بھی ہیں جن کے ایک ایک گچھے میں ایک ہزار تک دانے ہوتے ہیں۔ درخت کی اوسط عمر 150 سال ہے۔ اس کا کوئی حصہ بھی بیکار نہیں۔ پتوں سے ٹوکریاں بنتی ہیں۔ تنا عمارتی لکڑی کے طور پر کام میں آتا ہے۔ شاخیں کرسیاں بننے اور جلانے کے کام آتی ہیں۔

کھجور کا درخت دنیا کے اکثر مذاہب میں مقدس مانا جاتا ہے۔ ہندو اسے درگاہ پوجا میں استعمال کرتے ہیں۔ یہودیوں کی FEAST OF TABER NACLES کھجور پر مبنی ہے۔ عیسائیوں میں PALM SUNDAY تہوار بھی کھجور پر منایا جاتا ہے۔

مسلمانوں میں اہمیت کی انتہا یہ ہے کہ نبی صلی اللہ علیہ وسلم نے درختوں میں سے اس درخت کو مسلمان کہا۔ کیونکہ یہ صابر، شاکر اور خدا کی طرف سے برکت والا ہے۔

قرآن مجید کے ارشادات

ایود احدکم ان تکون لہ جنت من النخیل واعناب

(البقرہ:۲)

(کیا چاہتا ہے تم میں سے کوئی کہ اس کے پاس باغات ہوں کھجوروں

کے اور انگوروں کے)

فاخرجنا منه خضرا نخرج منه حبا متراكبا ومن النخل من طلعها قنوان دانية. (۹۹۔الانعام:٦)

(بارش کے فوائد کے سلسلہ میں ارشاد ہوا کہ اس کے بعد ہم نباتات میں ایک قسم اگاتے ہیں جس میں ایک دوسرے پر چڑھے، تہ در تہ دانے ہوتے ہیں اور اس میں کھجور کے درخت بھی ہیں جس کے گابھے سے پھلوں سے جھکے ہوئے خوشے پھوٹتے ہیں)

وهو الذی انشا جنت معروشات و غير معروشات و النخل والزرع مختلفا اكله. (۱۴۱۔م۔الانعام:٦)

(اور وہی ہے جس نے بنائے باغات جو ٹیلے پر چڑھے ہیں یا بن چڑھے ہیں۔اور کھجوریں اور کھیتیاں جن کے ذائقے مختلف ہیں)

ونخيل وصنوان و غير صنوان يسقى بماء واحد (۴۔م۔الرعد۔۱۳)

(اور زمین پر ایسے قطعے ہیں جن میں کھجوروں کے ایک تہ میں سوا کی گئی تہوں میں باغات ہیں۔جن کو پانی ایک ہی ذریعہ سے میسر آتا ہے۔مراد یہ ہے کہ ایک ہی ذریعہ کا پانی کئی قسم کی فصلیں اگا دیتا ہے)

ينبت لكم به الزرع والزيتون والتحيل والاعناب ومن كل الثمرات. (۱۱۔ک،النحل:۱٦)

(وہ زمین سے تمہارے لیے کھیتیاں اور زیتون اور کھجور اور انگور اور ہر قسم کے پھل اُگاتا ہے۔اس کا یہ وہ عمل ہے جس پر وہ لوگوں کو غور و فکر کی دعوت دیتا ہے)

ومن الثمرات النخیل والاعناب. (۶۷ک۔النحل ۱۶)
(اللہ تعالیٰ کی عنایات کے تذکرہ میں کھجوروں اور انگور کے درختوں سے حاصل ہونے والے پھلوں کا ذکر کرتے ہوئے فرمایا کہ تم اگر غلط استعمال کرو تو ان سے منشیات حاصل ہوتی ہیں ورنہ ان سے عمدہ قسم کی غذا میسر آتی ہے)

اوتکون لک جنة من نخیل وعنب. (۹۱۔اسرائیل۔۱۷)
(یہ وہ لوگ ہیں جو آرزو رکھتے ہیں کہ ان کے لیے کھجوروں اور انگوروں کے باغ ہوں جن سے نہریں نکل کر جارہی ہوں)

واضرب لهم مثلا رجلين جعلنا لا حدهما جنتين من اعناب وحففنهما بنخل وجعلنا بينهما زرعاً.
(۳۲۔ک الکھف:۱۸)
(ان کے لیے دو ایسے آدمیوں کی مثال بیان کرو جن میں سے ایک کے پاس دو باغ انگوروں کے ہیں جن کے اردگرد کھجوریں ہیں اور ان کے درمیان کھیت ہیں)

فاجاء ها المخاض الى جزع النخلة. (۲۳ک۔مریم:۱۹)
(زچگی کی دردیں اسے کھجور کے درخت کے تنے کی طرف لے آئیں (وہ شدتِ الم سے اس کا سہارا لینے پر مجبور ہوگئی)

وهزى اليک بجذع النخلة تسقط عليک رطبا جنيا.
(۲۵ک۔مریم:۱۹)
(کھجور کے درخت کے تنے کو تو جب ہلائے گی اس کی شاخوں پر سے تم پر تازہ پکی ہوئی کھجوریں گریں گی)

والا وصلبنکم فی جزوع النخل. (۷۱ک۔طٰہٰ:۲۰)

(فرعون نے جادوگروں کو دھمکی دیتے ہوئے یہ فقرہ کہا تھا۔ میں تمہیں کھجور کے تنوں کے ساتھ لٹکا کر پھانسی دے دوں گا)

فانشانا لکم به جنت من نخیل واعناب لکم فیها فواکه کثیرة و منها تاکلون.

(ہم نے تمہارے لیے زمین سے کھجور اور انگور کے باغ پیدا کیے جن کے بہت سے پھلوں کو تم کھاتے ہو)

وزروع ونخل طلعها هضیم. (۱۴۸۔الشعراء۲۶)

(اور وہاں پر ایسے کھیت اور کھجور کے درخت ہیں کہ جن کی شاخیں ان کے پھلوں کے بوجھ سے ٹوٹی جارہی ہیں)

وجعلنا فیها جنت من نخیل واعناب

(۳۴۔ک۔یٰسین:۳۶)

(اور ہم نے وہاں تمہارے لیے کھجوروں اور انگوروں کے باغ اُگائے)

والنخل بسقت لها طلع نضید. (۱۰۔ک ق ۵)

(اور کھجوروں کے بلند و بالا درخت ہیں جن میں تہ در تہ پھلوں کے خوشے لگے ہیں)۔

تنزع الناس کانهم اعجاز نخل منقعر. (۲۰ک القمر ۵۴)

(اس دن نے لوگوں کو یوں اکھاڑ کر پھینک دیا، جیسے کہ جڑ سے اکھاڑی ہوئی کھجور کے تنے ہوں)

فیها فاکهة والنخل ذات الاکمام (۱۱۔م۔الرحمٰن ۵۵)

(اور وہاں پر پھل ہیں اور کھجوریں ایسی کہ خوشوں والی)

فیها فاکهة ونخل ورمان. (۶۸۔م۔الرحمٰن ۵۵)

(اور وہاں پر کئی قسموں کے پھل اور کھجوریں اور انار موجود ہیں)

فترى القوم فيها صرعى كانهم اعجاز نخل خاوية.

(۷۔ک الحاقۃ:۶۹)

(دیکھا اس قوم کو کہ وہ اس طرح گری ہوئی تھی جیسے کہ کھجور کے تنے کی ایک کھوکھلی لکڑی ہوتی ہے)

فانبتنا فيها حبا و عنبا وقضبا وزيتون ونخلا.

(۲۷۔۲۹۔ک عبس:۸۰)

(اور ہم نے اگائے تمہارے اجناس، انگور، ترکاریاں اور زیتون اور کھجوریں کیونکہ باغات گھنے ہوں گے)

کتب مقدسہ

توریت اور انجیل میں کھجور کا ذکر ۴۸ مقامات پر آیا ہے۔ جن میں اہم یہ ہیں۔

''سو تم پہلے دن خوشنما درختوں کے پھل اور کھجور کی ڈالیاں اور گھنے درختوں کی شاخیں اور ندیوں کی بید مجنوں لینا اور تم خداوند اپنے خدا کے آگے سات دن تک خوشی منانا''۔ (احبار۔۴۰:۲۳)

مسرت اور شادمانی کے اظہار کے ساتھ خدا کی تکریم کے لیے کھجور کا یہ استعمال مذہبی تیوہار کو اہمیت دینے کے لیے تجویز کیا گیا۔

۔۔۔تو کیسی جمیلہ اور جانفزا ہے! یہ تیری قامت کھجور کی مانند ہے)

(غزل الغزلات۔۷۔۷:۶)

جب لوگوں کی تکلیف اور اذیت کا ذکر کیا گیا تو ارشاد ہوا۔

''تاک خشک ہوگئی۔ انجیر کا درخت مرجھا گیا۔ انار اور کھجور اور سیب کے درخت ہاں میدان کے تمام درخت مرجھا گئے۔ (یوایل۔۱۲:۱)

ارشاداتِ نبویؐ

حضرت نبی کریم صلی اللہ علیہ وسلم کو کھجور بہت پسند تھی۔ حضرت سہل بن سعد الساعدیؓ روایت فرماتے ہیں کہ:

ان النبی صلی اللّٰہ علیہ وسلم کان یا کل الرطب بالبطیخ زاد ابو دائود و یقول یکسر حر ھذا ببرد ھذا و برد ھذا بحر ھذا. (ابن ماجۃ، ترمذی، مسلم)

(میں نے انہیں دیکھا کہ وہ کھجوروں کے ساتھ تربوز کھا رہے تھے)

(ابوداؤد نے اضافہ کیا کہ انہوں نے فرمایا کہ میں کھجور کی گرمی کو تربوز کی ٹھنڈک سے برابر کر لیتا ہوں یا تربوز کی ٹھنڈک کھجور کی گرمی سے زائل ہو جاتی ہے)

بُسرؓ کے بیٹے روایت کرتے ہیں:

دخل علینا رسول اللّٰہ صلی اللّٰہ علیہ وسلم فقد منا زبدًا و تمرا و کان یحب الزبد والتمر (ابوداؤد، ابن ماجۃ)

(ہمارے یہاں رسول اللہ صلی اللہ علیہ وسلم تشریف لائے۔ ہم نے ان کی خدمت میں مکھن اور کھجوریں پیش کیں۔ کیونکہ ان کو مکھن کے ساتھ کھجور پسند تھی)

حضرت عائشہ صدیقہؓ روایت فرماتی ہیں۔ رسول اللہ صلی اللہ علیہ وسلم نے فرمایا:

کلو البلح بالتمر فان الشیطان اذا نظر ابن ادم یا کل البلح بالتمر یقول، بقی ابن اٰدم حتی اکل الحدیث بالعتیق. (ابن ماجۃ، نسائی)

(پرانی کھجور کے ساتھ تازہ کھجور ملا کر کھاؤ۔ کیونکہ شیطان جب کسی کو

ایسا کرتے دیکھتا ہے تو افسوس کرتا ہے کہ پرانی کے ساتھ نئی کھجور کھا کر آدمی تنومند ہو گیا)

حضرت یوسف بن عبداللہ بن سلامؓ روایت کرتے ہیں۔

رایت النبی صلی اللّٰہ علیہ وسلم اخذ کسرۃ من خبز الشعیر فوضع علیھا تمرۃ فقال ھٰذا ادام ھٰذہ و اکل.

(ابوداؤد)

(میں نے نبی صلی اللہ علیہ وسلم کو دیکھا کہ وہ جو کی روٹی کے ایک ٹکڑے پر کھجوریں رکھے ہوئے تھے۔ پھر فرمایا کہ یہ اس روٹی کے ساتھ سالن ہے)

حضرت انس بن مالکؓ ام المومنین حضرت صفیہؓ کی شادی اور ولیمہ کے حال میں بیان کرتے ہیں:

فدعوت المسلمین الی ولیمۃ امر بالانطاء فبسطۃ فالتن علیھا التمر والا قط والسمن. (بخاری)

(میں نے لوگوں کو ولیمہ کی دعوت پر بلالیا۔ چمڑے کا دستر خوان بچھایا گیا اور اس پر کھجور، پنیر اور گھی رکھا گیا۔ بعض روایات سے پتہ چلتا ہے کہ یہ تینوں چیزیں علیحدہ نہ تھیں بلکہ ان کا حلوہ بنا کر پیش کیا گیا تھا جسے حلوہ حیس کہتے ہیں)

حضرت سہل بن سعدؓ الساعدی روایت فرماتے ہیں۔

اتی ابو اسید الساعدی فدعا رسول اللّٰہ صلی اللّٰہ علیہ وسلم فی عرسہ فکانت امراتہ خادمھم وھی العروس قال اتدرون ماسقیت رسول اللّٰہ صلی اللّٰہ علیہ وسلم انقعت لہ تمرات من اللیل فی تور. (بخاری)

(ابو اسید الساعدی نے اپنی شادی کے ولیمہ پر رسول اللہ صلی اللہ علیہ وسلم کو مدعو کیا۔ اس کی دلھن ان کی خدمت کرتی رہی اور آپ جانتے ہیں کہ انہوں نے رسول اللہ صلی اللہ علیہ وسلم کو کیا پلایا۔ انہوں نے رات کو مٹی کے ایک کونڈے میں کھجوریں بھگو کر رکھیں۔ صبح ان کو یہ پانی پلایا گیا)

حضرت انس بن مالکؓ روایت فرماتے ہیں۔

رایت النبی صلی اللّٰہ علیہ وسلم مقعیا یاکل تمرا.

ایک دوسری روایت میں اضافہ ہے کہ

یاکل منہ اکلا ذریعا. (مسلم)

(میں نے نبی صلی اللہ علیہ وسلم کو دیکھا کہ وہ اکڑوں بیٹھے ہوئے کھجوریں کھا رہے تھے۔ دوسری روایت کا اضافہ ہے کہ وہ اسی طرح بیٹھے ہوئے جلد جلد کھجوریں کھا رہے تھے)

سفیان جبلہ بن سحیم روایت کرتے ہیں کہ میں نے حضرت عبداللہ بن عمرؓ کو فرماتے ہوئے سنا:

نھی رسول اللّٰہ صلی اللّٰہ علیہ وسلم ان یقرن الرجل بین التمرتین حتی یستاذن اصحابہ.

(بخاری، مسلم، ابن ماجہ)

(رسول اللہ صلی اللہ علیہ وسلم نے اس امر سے منع کیا کہ کوئی شخص دوسرے شرکاء مجلس کی اجازت کے بغیر بیک وقت دو یا ان سے زائد کھجوریں اکٹھی کھائے)

کھجور کی اہمیت

حضرت عائشہ صدیقہؓ بیان فرماتی ہیں۔

ان النبی صلی اللہ علیہ وسلم قال لا یجوع اھل بیت عندھم التمر. (مسلم)

(نبی صلی اللہ علیہ وسلم نے فرمایا کہ جس گھر میں کھجور ہو۔ اس گھر والے کبھی بھوکے نہ رہیں گے)

اسی روایت کو بعض محدثین نے ایک دوسری صورت میں یوں بیان کیا ہے۔

قال رسول اللہ صلی اللہ علیہ وسلم یا عائشۃ! بیت لا ثمر فیہ جیاع اھلہ او جاع اھلۃ قالھا مرتین او ثلثۃ.

(رسول اللہ صلی اللہ علیہ وسلم نے فرمایا کہ اے عائشہ! جس گھر میں کھجور نہ ہو اس گھر والے بھوکے ہیں۔ انہوں نے یہ بات دو یا تین مرتبہ فرمائی کہ اس گھر والے بھوکے ہیں)

حضرت سلمیٰؓ روایت فرماتی ہیں۔

ان النبی صلی اللہ علیہ وسلم قال بیت لا تمر فیہ کالبیت لا طعام فیہ.

(نبی صلی اللہ علیہ وسلم نے فرمایا جس گھر میں کھجوریں نہ ہوں۔ وہ گھر ایسا ہے کہ جیسے اس میں کھانا نہ ہو)

حضرت انس بن مالکؓ روایت فرماتے ہیں کہ نبی صلی اللہ علیہ وسلم نے فرمایا:

تعشو او لو کف من حشف فان ترک العشاء مھرمۃ. (ترمذی)

(رات کا کھانا ضرور کھاؤ۔ خواہ تمہیں ردی کھجور کی ایک مٹھی میسر ہو۔ کیونکہ رات کا کھانا ترک کرنے سے بڑھاپا (کمزوری) طاری ہو جاتا ہے)

حضرت جابر بن عبداللہؓ روایت فرماتے ہیں۔ رسول اللہ صلی اللہ علیہ وسلم نے فرمایا:

لا تدعوا العشاء ولا كف فان تركه يهرم. (ابن ماجۃ)

(رات کا کھانا ہرگز نہ چھوڑو۔ خواہ ایک مٹھی کھجور ہی کھالو۔ کیونکہ رات کا کھانا چھوڑنے سے بڑھاپا طاری ہوجاتا ہے)

حضرت انس بن مالکؓ بیان کرتے ہیں۔

اتی النبی صلی اللہ علیہ وسلم بتمر عتیق فجعل تفتشہ ویخرج السوس منہ. (ابن ماجۃ، ابوداؤد)۔

(نبی صلی اللہ علیہ وسلم کے پاس پرانی کھجوریں آئیں۔ انہوں نے ان کو کھول کر دیکھا اور ان میں سے سسریاں نکالتے رہے۔ ابن ماجہ کی روایت میں سسری نکالنے والی بات نہیں۔ صرف اتنا مذکور ہے کہ وہ انہیں کھول کر دیکھتے تھے)

حضرت ابوعسیبؓ بیان کرتے ہیں کہ ایک رات حضور اکرم صلی اللہ علیہ وسلم نے مجھے ساتھ لیا پھر راستہ میں حضرت ابوبکرؓ کو لیا اور پھر حضرت عمرؓ کو شامل کیا اور ایک انصاری کے باغ میں تشریف لے گئے۔

فقال لصاحب الحائط اطعمنا بسرا فجاء بعذق فوضعہ فاکل رسول اللہ صلی اللہ علیہ وسلم واصحابہ.

(مسند احمد، بیہقی)

(انہوں نے باغ کے مالک سے کہا کہ ہمیں نیم پکی ہوئی کھجوریں کھلائے۔ وہ گیا اور وہ کھجوروں کے گچھے لے کر آیا۔ اس میں سے رسول اللہ صلی اللہ علیہ وسلم اور ان کے گرامی اصحاب نے سیر ہو کر کھجوریں کھائیں)

حضرت عبداللہ بن جعفرؓ روایت فرماتے ہیں۔

رایت رسول اللہ صلی اللہ علیہ وسلم یاکل القثاء

5- دل کے اندر اگر خون کا لو تھڑا بن جائے یا اندر کوئی ایسی رسولی نکل آئے جو والو کے منہ پر رکاوٹ کا باعث بن جائے۔

علامات :

جسم میں کسی قسم کی مزمن سوزش بھی والو کو خراب کر سکتی ہے۔ ہم نے ایک خاتون کو دیکھا جسے کبھی کوئی لمبی بیماری نہیں ہوئی۔ تیس لال کی عمر تک وہ تندرست و توانا تھیں۔ پھر ان کو تپ دق کا حملہ ہوا۔ جس کا علاج ماہر ڈاکٹروں نے بڑی چابکدستی سے بروقت کیا۔ بہترین علاج اور مسلسل چیک اپ کے لیے ان کو ہسپتال میں داخل رکھا گیا۔ جس کے انچارج ان کے خالو کے بھائی تھے وہ جب تندرست ہو گئیں۔ تمام ٹیسٹ نارمل ہو گئے۔

دو سال کے بعد ان کو سانس چڑھنے لگا۔ اختلاج قلب اور معمولی بخار بھی تھا۔ مزید پڑتال پر معلوم ہوا کہ ان کا Mitral Valve مسدود ہو گیا ہے۔

علامات :

والو جب پوری طرح کھلتا ہے تو اس کا سوراخ وسعت میں 4 سنٹی میٹر کے قریب ہوتا ہے۔

اگر بیماری کی وجہ سے والو کی وسعت 2-4 سنٹی میٹر تک آجائے تو مریض کو کچھ تکالیف محسوس ہوتی ہیں ورنہ عام حالات میں بیماری کا پتہ ایام حمل یا کسی دوسرے موقع پر اتفاق سے چلتا ہے۔

سب سے پہلے سانس چڑھنے لگتا ہے۔ معمولی حرکت یا چلنے سے سانس چڑھ جاتا ہے۔ جو کہ پھیپھڑوں میں سختی آجانے کی وجہ سے ہوتا ہے۔ وقت کے ساتھ سانس معمولی تھکن، وزن اٹھانے یا کام کرنے سے چڑھنے لگتا ہے مزید عرصہ گذرنے پر دو چار سیڑھیاں چڑھنے سے سانس پھول جاتا ہے پھر لیٹنے کے دوران سانس لینے میں مشکل پڑتی ہے۔ اکثر اوقات سردی کے باوجود کمرے کی کھڑکیاں کھولنی پڑتی ہیں۔ سانس لینے کے لیے بار بار اٹھ

کر بیٹھنا پڑتا ہے۔

پھیپھڑوں میں ورم آجاتا ہے۔ جس میں کام کرنے جسمانی مشقت اور حمل سے اضافہ ہو جاتا ہے۔ دل کی رفتار میں بے قاعدگی یا سانس کی نالیوں میں سوزش کی وجہ سے صورت حال مزید خراب ہو جاتی ہے۔

پھیپھڑوں کے ورم اور سوزش کی وجہ سے تھوک میں خون آنے لگتا ہے۔

1- خون کبھی کبھار آتا ہے۔ لیکن وہ بلغم سے علیحدہ نظر آتا ہے۔ یا

2- گلابی بلغم کے ساتھ خون کی معمولی مقدار کی آمیزش ہوتی ہے۔

3- براہ راست خون اور کبھی لوتھڑے آتے ہیں۔

ابتدا میں سانس کی نالیوں میں سوزش اور دوران خون کے دباؤ میں اضافہ کی وجہ سے لیسدار بلغم نکلتی ہے۔ کبھی نکالنے کے لیے زیادہ کھانسنا پڑے تو اندرونی دباؤ میں مزید اضافہ کی وجہ سے بلغم کے ساتھ خون کی لکیر آتی ہے۔ جب اندرونی دباؤ میں اور اضافہ ہوتا ہے تو خون کی مقدار بڑھنے لگتی ہے۔ تھکن اور محنت والا ایسا کام کرنے سے جس میں سانس چڑھے تو خون آنے لگتا ہے حیرت کی بات ہے کہ ازدواجی تعلقات کے بعد بھی کافی خون آسکتا ہے۔

مریض کی رنگت نیلی پڑ جاتی ہے۔ عام طور پر نیلا پن (زراقت) زیادہ نہیں ہوتی۔ چہرے کی ہڈیوں اور ہونٹوں پر سیاہی مائل زراقت پائی جاتی ہے جسے Cyanotic Flush کہا جاتا ہے۔

آکسیجن کے دستیاب نہ ہونے کی وجہ سے جسم نیلگوں ہو جاتا ہے۔ مریض ہر وقت تھکا سا رہتا ہے۔ یہ سانس کی گھٹن اور دل کی رفتار اور طاقت میں مسلسل کمی کی وجہ سے ظاہر ہوتی ہیں۔

چھاتی میں درد اکثر ہوتا ہے۔ یہ درد 50 سال سے زیادہ عمر کے مریضوں کو ہوتا ہے بائیں اذن میں خون کے ٹھہراؤ کی وجہ سے دائیں میں خون کی کمی اور اندرونی دباؤ کی وجہ Coronary Arteries پر بھی بوجھ آجاتا ہے۔ اس لیے یہ درد Angnia Pectris کی

حدود میں آتا ہے۔ دل کو آکسیجن کے حصول میں کمی بھی اس درد کا باعث بنتی ہے۔

بائیں اذن کا پھیلاؤ گلے کی طرف جانے والے اعصاب پر دباؤ کے باعث آواز بیٹھ جاتی ہے اور یہی دباؤ غذا کے نگلنے میں بھی تکلیف کا سبب بنتا ہے۔

صمام تاجی کی یہ جزوی بندش خون کی رگوں میں لوتھڑے بننے کا باعث ہو کر کسی بھی حصہ کے درمیان خون کو بند کر سکتی ہے۔ اگر یہ کیفیت دماغ میں ہو تو فالج ہو سکتا ہے۔

دل کے والو کی خرابی جراثیم کو مسکن مہیا کرتی ہے جس سے بار بار Bacterial Endocarditis جیسی خطرناک صورت حال پیدا ہو سکتی ہے۔

تشخیص :

بو علی سینا نے "القانون فی الطب" میں امراض قلب کی تشخیص کے لیے آٹھ امور پر توجہ دینے کی ہدایت کی ہے۔

1- نبض
2- تنفس
3- سینہ کی شکل اور ساخت
4- سینہ پر بالوں کی موجودگی
5- جلد کا درجہ حرارت
6- مریض کا طرز عمل
7- قوت و ضعف بدن
8- نفسیاتی کیفیت اور اوہام

ان میں سے ہر جزو کو اہمیت حاصل ہے۔ مثلاً وہ ذہنی حالت کو بھی قلبی اثرات کا پرتو قرار دیتا ہے۔ اگر مریض کا دل مضبوط ہے تو مریض فرحت محسوس کرتا ہے۔ اگر حرارت قلبی زیادہ ہو تو چڑچڑاپن اور الجھنیں اگر دل میں یبوست اور برودت ہو تو مریض

بیزار' خوف اور غم کا شکار ہوتا ہے۔

مریض کے دل کی دھڑکنیں اور اس سے برآمد ہونے والی آوازوں میں غیر فطری تبدیلیاں سننے میں آسکتی ہیں۔

اہم ترین ترکیب چھاتی کا ایکسرے ہے۔ جس میں دل کے اطراف کے پھیلاؤ کے ساتھ پھیپھڑوں میں متعدد تبدیلیاں نظر آتی ہیں۔

E.C.G یا برقی قلب نگاری ایک اچھی ترکیب ہے۔ لیکن اس سے مفہوم اخذ کرنے والا بھی اس علم میں ماہر ہو۔

Echo Cordioography ایک نہایت مفید اور قابل اعتماد ترکیب ہے۔

علاج:

بہترین علاج اپریشن ہے۔ اگر ایسا ممکن نہ ہو تو یہ علاج کئے جاتے ہیں۔

1- مریض کو سگریٹ' چکنائی' بسیار خوری اور زیادہ نمک سے پرہیز کرنا چاہیے۔

2- جوڑوں کی بیماری کے آئندہ حملوں سے بچاؤ کے لیے معقول مقدار میں Disprin گھول کر دی جائے۔

3- دل کے اندر سوزش سے بچاؤ کے لیے Penicillni-v-250mg کی گولیاں صبح' شام مدتوں تک۔ لیکن بعض لوگ ٹیکہ پسند کرتے ہیں۔ 12 لاکھ یونٹ کی لمبے اثر والی پنسلین کا ایک ٹیکہ ہر ماہ مسلسل لگایا جائے۔

4- اگر پنسلین سے حساسیت ہو تو Erythrocin 250mg کی ایک گولی روزانہ۔

5- دل کی رفتار کو اعتدال پر رکھنے اور دھڑکن کو مضبوط کرنے کے لیے Digitalis کی محفوظ مقدار دی جائے۔

6- کبھی کبھی پیشاب آور ادویہ کی ضرورت پڑتی ہے۔ اگرچہ ڈیجی ٹیلس بذات خود پیشاب آور ہے۔ لیکن خون کے ٹھہراؤ کی صورت میں ان کی ضرورت پڑ سکتی

ہے۔

7- نالیوں کے اندر خون کے انجماد کو روکنے کے لیے خون کو پتلا کرنے والی Anticoagulants کی ضرورت بھی پڑ سکتی ہے۔

والو کا اپریشن

یہ امر واضح ہے کہ یہ بیماری دواؤں سے ٹھیک نہ ہو گی۔ اس لیے مسئلہ کے مستقل حل کے لیے اپریشن تجویز کیا جاتا ہے۔

مندرجہ ذیل حالات میں اپریشن ضروری ہو جاتا ہے۔

1- علامتیں بڑھ رہی ہوں۔

2- سانس لینے میں زیادہ مشکل پڑ رہی ہو۔

3- تھوک کے ساتھ مسلسل خون آنا۔

4- رکاوٹ کی وجہ سے دل پھیل رہا ہو۔

5- پھیپھڑوں میں دباؤ بڑھتا جا رہا ہو۔

6- اگر دوسرے والو بھی متاثر ہو جائیں۔

7- جسم میں خون کا بار بار انجماد۔

اپریشن مسئلہ کا مستقل حل نہیں۔ کیونکہ والو کو کھرچ کر صاف کرنے یا اس کی جگہ والو لگانے کا عمل کچھ عرصہ کے لیے کار آمد ہوتا ہے۔

ایک خاتون کو دل کے والو میں تکلیف تھی۔ عام حالت زیادہ خراب نہ تھی۔ لیکن سانس میں تنگی، کمزوری، بخار اور کبھی کبھی خون آنے نے ناتواں کر دیا تھا۔

ان کے عزیزوں میں کئی ڈاکٹر بھی تھے۔ جنہوں نے دل کے متعدد ڈاکٹروں سے اپریشن کا مشورہ کیا۔ کراچی کے پروفیسر افتخار راٹھور خود کرنے پر تیار تھے مگر کراچی جانا اتنا آسان نہ تھا۔ ان ہی کی سفارش پر ایک مقامی ہسپتال کے امریکن سرجن کا انتخاب ہوا۔

سرجن صاحب نے آٹھ بوتل خون لیا۔ جن میں سے دو استعمال ہوئیں۔ اپریشن ہوا اور اندر سے لواحقین کو خوشخبری سنانے کے لیے ایک نائب خود آئے۔ بتایا کہ دل کو کھولا نہیں گیا۔ باہر سے اوزار ڈال کر جڑے ہوئے والو کھول دیئے گئے ہیں اور اب وہ بڑی خوش اسلوبی کے ساتھ کام کر رہے ہیں۔

مریضہ ہوش میں آ گئی۔ سب خوش تھے کہ مصیبت ٹل گئی آٹھ گھنٹے بعد مریضہ کا سانس رکنے لگا۔ سانس کی رکاوٹ رات میں زیادہ ہو گئی۔ اس کے گلے میں ہوا کا پمپ لگا کر مصنوعی تنفس دلایا جانے لگا۔ سرجن صاحب بار بار آتے رہے۔

ایک نہایت کامیاب اپریشن کے بعد مریضہ کی اگلے روز وفات ہو گئی۔

اس باب میں پروفیسر عارف الٰہی صاحب سے بعد میں مشورہ کیا گیا تو معلوم ہوا کہ والو مسلسل بند رہنے کی وجہ سے مزمن سوزش کا شکار تھے۔ امریکن سرجن نے باہر سے اوزار ڈال کر ان کو ایک دوسرے سے جدا کر دیا۔ وہ کھل گئے اور چلنے لگے۔ لیکن مزمن سوزش کی وجہ سے ان پر کلسیم جم چکا تھا۔ جب والو جدا ہوئے تو ان پر جما ہوا کلسیم اکھڑ کر دوران خون میں شامل ہو گیا۔ خون کے ساتھ چلتے چلتے وہ دماغ سے گذرا تو وہاں کی کسی شریان میں پھنس کر وہاں پر فالج کا باعث بن گیا۔

اس خاتون کی بدقسمتی تھی کہ ان کے فالج نے سانس کے کنٹرول کے مرکز کو مفلوج کر دیا۔ جو کہ ان کی وفات کا باعث ہوا۔

یہ واقعہ نیا نہیں تھا۔ دنیا کے کئی ایک ممالک سے دل کے اپریشنوں کے بعد اس قسم کے حوادث کا تذکرہ ملتا رہا ہے۔ لیکن ؎

چوں قضا آید طبیب ابلہ شود

حوادث ہوتے رہتے ہیں۔ اپریشن اکثر اوقات فائدے کا باعث بھی ہوتے ہیں۔ اس لیے ضروری ہے کہ اپریشن کا فیصلہ کرنے سے پہلے یہ طے کر لیا جائے کہ حالات اتنے خراب ہیں کہ مریض کی حالت سدھرنے کا اب کوئی امکان باقی نہیں رہا۔

صماموں کے دیگر عوارض :

Mitral Regurgitation Aortic Stenosis Tricuspid Stenosis

Pulmonary Stenosis

دل کے دیگر تین صماموں کی سدش کے مظاہرے ہیں۔ان میں سے تقریباً ہر ایک گنٹھیا اور پرانی سوزشوں سے Mitral Valve کی مانند خراب ہوتا ہے۔

Aortie Regurgitation عام طور پر ایسے مریض کو ہوتی ہے جنہوں نے بد چلن زندگی گذاری ہو اور آتشک جیسی بیماریوں کا شکار ہوئے ہوں۔ عام حالات میں اس بیماری کا علاج کیا جا سکتا ہے۔ لیکن مریض اگر مسلسل لاپرواہی کا مظاہرہ کرتا رہے تو آتشک سے ہڈیاں دماغ اور دل کے والو بھی متاثر ہو سکتے ہیں۔ دل کی دھڑکن متاثر ہو سکتی ہے۔

پنسلین کی بعض اقسام اس بیماری کا یقینی علاج ہیں۔ لیکن جب یہ بڑھ کر دل کو اپنی زد میں لے لے تو فوری اثر والی ادویہ سے بھی موت ہو سکتی ہے پرانے استاد اس کیفیت کا علاج بڑا لمبا اور آہستہ آہستہ کیا کرتے تھے۔

ان تمام کیفیات کا عمومی علاج بھی تقریباً ایک ہی اصول پر ہوتا ہے جس میں بیماری کی جائے تمام توجہ علامات پر دی جاتی ہے۔

تشخیص :

اکثر مریضوں کو مبتلا ہونے کے باوجود مدتوں بیماری کا احساس نہیں ہوتا۔ کبھی کبھی تو حاملہ عورتوں کے معمول کے معائنہ کے دوران والو خراب ہونے کا پتہ چلتا ہے۔ بیماری کی تشخیص کے لیے ڈاکٹر کے ذاتی علم اور تجربہ کے ساتھ ساتھ چھاتی کا ایکسرے دل کی برقی قلب نگاری (E.C.G) اور ایکو کے ذریعہ بیماری کی تشخیص ہو سکتی ہے۔ ایک مریض کے دل کی ایکو کارڈیوگرافی ہوئی۔ اس کی رپورٹ یہ ملی۔

HEART TEST CENTER

12 - SHADMAN - II (NEAR MENTAL HOSPITAL)
JAIL ROAD LAHORE (PAKISTAN)
TEL : 042 - 7572936, 7573317

NAME Mr. Ijaz Ahmaed.

AGE 13 YRS MALE/FEMALE

CONCLUSION

- Hyperkinctic Left ventricular function.
- Prolapsing Mitral Valve (grade2)
- Colour flow shans sexere MR
- Evidence of echogenic Shadow. (vegetalian) an Anterian Mitral leafect.

Prolapse Mitral valve with vegetatain an AML (Endocarditis)

THIS ECHO / DOPPLER STUDY WAS PERFORMED ON
GE RT 6800 COLOUR DOPPLER SYSTEM.

یہ رپورٹ ایک 13 سالہ لڑکے کی ہے۔ جسے بچپن میں بخار چڑھا۔ پھر جوڑوں پر ورم آیا۔ اس کا گلا اکثر خراب رہتا تھا۔ فیڈر اور چوسنی کا باقاعدہ استعمال رہا۔

ماں باپ نے بخار کے لیے آس پاس کے ڈاکٹروں سے علاج کروایا۔ ان سب کے خیال میں اسے گلے کی خرابی سے بخار تھا۔ کسی نے تپ محرقہ کا شبہ بھی کیا۔ چند دن میں بخار ٹوٹ گیا اور اس کے بعد علاج کی ضرورت نہ سمجھی گئی۔

بیماری بڑھتی رہی اور اب 13 سال کی چھوٹی عمر میں صمام تاجی پوری طرح خراب ہو چکا ہے۔ والو کے اوپر غلاظت جمی ہوئی ہے اور دل کا بایاں اذن پھیل رہا ہے اس صورت میں دل کا پھیلاؤ ایکسرے سے بھی نظر آسکتا ہے۔ لیکن ایکو کارڈیوگرافی سے مکمل تفصیل میسر آنے کے بعد کسی اور ٹیسٹ کی ضرورت باقی نہیں رہتی۔

جدید علاج :

ابھی تک اپریشن کے علاوہ کوئی یقینی علاج میسر نہیں آسکا۔ اپریشن کے لیے اگر کسی کے دل کا یہ والو بطور ہدیہ مل جائے تو ہمیشہ کے لیے نجات ہوسکتی ہے۔ مسئلہ یہ ہے کہ کون اپنے دل کا والو کسی کو دے گا؟ جبکہ معطی کے لیے مرنا ضروری ہوگا۔ حادثات سے ہلاک ہونے والوں کے والو نکال کر استعمال کیے جاسکتے ہیں۔ لیکن کب کوئی مرے گا اور اس کے لواحقین اس کے والو دوسرے ضرورت مند کو دینے پر تیار ہوں گے اور جس وقت دل میسر ہو کوئی مریض بھی منتظر موجود ہو تاکہ والو کا فوری اپریشن کیا جاسکے ورنہ وہ بھی کار آمد نہ رہیں گے۔

یونانی علاج :

عرب اطباء نے امراض قلب کے بارے میں قابل تحسین کارنامے سرانجام دیئے ہیں۔ آج ہم جو علاج کرتے ہیں اس کا پتہ چلانے پر سینکڑوں اداروں نے کروڑوں ڈالر خرچ کیے' بڑی پیچیدہ مشینوں سے جائزے لیے گئے اور پھر علاج کی افادیت کی جانچ ہوسکی۔ اس کے مقابلے میں عرب علماء نے اپنے مذہب سے روشنی پاکر شاندار کمالات کا مظاہرہ کیا۔ علی بن سہل طبری نے ''فردوس الحکمت'' میں ''علل القلب'' کی تفصیل بتاتے ہوئے علاج القلب و علامۃ میں صمامی امراض کا اصول علاج یوں متعین کیا ہے۔

دائیں بطن کا بطلان (سقوط) تمام صمامی امراض میں پایا جاتا ہے اس کے پیش نظر مدرات' معرقات اور مسہلات کا استعمال کیا جائے۔ یہ طریقہ کار دوران خون کے خلل دور کرنے میں بھی مددگار رہے گا۔ اس کے ساتھ استحقائی کیفیت یا پھیپھڑوں میں سوجن ہو تو نمکیات سے پرہیز کیا جائے۔ استسقاء کے علاج کے لیے آبِ کیز پلایا جائے۔

یا فربیوں (بلوط) 7 ماشہ باریک کر کے انڈے پر چھڑک کر کھائیں اصل السوس' تخم کاسنی' منقی' تخم خربوزہ' خطمی' سورنجان' بوزیدان کو پانی میں جوش دے کر گلقند ملا کر کھلائی جائیں۔

بو علی سینا اس کے ساتھ مسہل بلغم وحب سورنجان شامل کرنے کی ہدایت کرتا ہے۔ اس کی رائے میں سنا' تربد' زنجبیل' ترنگ کابلی' خیار شنبر کا اضافہ کر کے مسہل دیں۔

علاج میں یہ معجون تجویز کی جاتی ہے۔

سورنجان 21 گرام' پوست بیخ کبر' حنا' دار فلفل' زیرہ سیاہ' نوشادر 2.5 گرام فی جزو' نمک سیاہ' کف دریا' میعہ یابسہ ہر ایک پونے دو گرام' قرنفل' زنجبیل شہد میں معجون بنائیں ہر ایک ساڑھے تین گرام ابتدائے مرض میں روزانہ 7 گرام جب مرض پرانی ہو جائے تو روزانہ معجون عشبہ اور چوب چینی کا استعمال بھی مفید ہے۔

قلب کے عضلات کو مضبوط بنانے کی کوشش کی جائے۔ اس غرض کے لیے لطیف اثر والی خوشبودار ادویہ استعمال کریں۔

علی بن سہل طبری نے تقویت قلب کے لیے اور گھبراہٹ اور غشی کو دور کرنے کے لیے یہ نسخہ تجویز کیا ہے۔

کہربا لبسد' مروارید ناسفتہ ہر ایک ساڑھے دس گرام' فرنجمشک 17 گرام' گاؤزبان بادرنجویہ 17 گرام' برگ گل خشک 7 گرام قرنفل 4 گرام۔ ساڑھے تین گرام روزانہ شربت بہی کے ساتھ استعمال کی جائے۔

ابو سہل مسیحی نے کتاب المائۃ للمسیحی فی صناعۃ الطب میں امراض القلب کے علاج کا پورا باب باندھا ہے۔ اس کی رائے میں دواء المسک کے علاوہ یہ نسخہ مفید ہوگا۔

دار چینی' مصطگی' دار فلفل' فرنجمشک' بادروج خشک' بادرنجویہ' سازج ہندی' کشنیز خشک' سنبل الطیب' ہر ایک سولہ گرام میں کہربا لبسد' مروارید اور طباشیر میں ہر ایک 8 گرام میں ڈیڑھ گرام مشک شامل کر کے شہد میں بنے ہوئے مربہ ہلیلہ کے شیرہ میں گوندھ لیں خوراک دو گرام روزانہ۔

دل کے مریضوں کے لیے علی بن عباس المجوسی نے سیب' ناشپاتی اور سفرجل بطور خاص کھانے کی تاکید کی ہے۔ چوزے' تیتر اور چھوٹے آبی پرندوں کا گوشت یا ان کی یخنی کا

مشورہ دیا ہے۔

اطباء قدیم نے کوٹھ' بالچھڑ' ناگر موتھ' دار چینی سورنجان' کتان' بابونہ' اکلیل' خطمی' عنب الثعلب کو مقامی طور پر لگانے کا مشورہ بھی دیا ہے۔

طب نبوی :

دل کے صماموں کی سوزش کے بعد بد شکل ایک مستقل اذیت ہے۔ آج تک ایسا کوئی علاج نہ سنا گیا اور نہ دیکھا گیا جس سے یہ مصیبت ٹل جائے۔ اپریشن اس کا ایک حل ہے لیکن کتنوں کے لیے ؟

1- ہر مریض اپریشن کے قابل نہیں ہوتا۔

2- اپریشن کے دوران اور اس کے بعد شرح اموات کم نہیں۔

3- چھاتی کو کھولنا' دل کو کھولنا' خطرات سے خالی نہیں ہوتے۔ جس والو کو چھیلا گیا وہ بعد میں پھر سے بگڑنے لگ جاتا ہے۔

4- نیا والو لگانا ایک مصیبت سے کم نہیں۔ ہولناک قیمت کے علاوہ یہ کبھی بھی گڑبڑ کر سکتا ہے۔ یہ خراب ہو جائے یا اس کی معیاد ختم ہو جائے تو نیا لگانے کے لیے پھر سے چھاتی کھولی جائے دل کو چیرا جائے اور وہ سارا خطرناک عمل پھر سے کیا جائے جس سے مریض پہلے ایک بار گذر چکا تھا۔

ایسے مریضوں کے علاج میں جو مشکلات ہیں ان میں اہم ترین مشکل سوزش ہے جب کسی والو کی سطح چھل جائے تو اس پر جراثیم جم کر دل کے اندر سوزش پیدا کر سکتے ہیں۔ چونکہ خون صحیح طور پر پمپ نہیں ہو رہا اس لیے پھیپھڑوں میں سوزش جس کے نتیجہ میں ورم' کھانسی اور بلغم آتے رہتے ہیں۔ نالیاں پھول جانے سے سانس کے آنے جانے میں تکلیف ہوتی ہے۔ دوران خون میں خرابی بھی سانس میں رکاوٹ کا باعث بنتی ہے۔ طب جدید میں ان مسائل کو حل کرنے یا مریض کو سہارا دینے کے لیے جو کچھ کیا جاتا ہے وہ عبوری علاج ہے۔ لیکن اس

نے اپنے نقصانات بھی ہیں۔ مثلاً سوزش کو روکنے کے لیے پنسلین کا ٹیکہ لگایا جاتا ہے۔

انہی مقاصد کو طب نبویؐ سے میسر آنے والے تحائف سے زیادہ آسانی اور بہتر نتائج کے ساتھ استعمال کیا جاسکتا ہے۔

شہد ایک بہترین غذا ہے۔ یہ جسم کو توانائی دیتا ہے۔ بلغم کو پتلا کر کے نکالتا ہے۔ سوزش کی وجہ سے ہونے والی سوجن کو رفع کرتا ہے۔ یہ جسم کی قوت مدافعت کو بڑھاتا ہے۔

لندن کے ایک ہسپتال میں ایک ایسے مریض کو شہد پلایا گیا جس کی نمونیہ کی وجہ سے حالت خراب تھی۔ جدید ادویہ اس کے جراثیم کو مارنے میں ناکام ہو چکی تھیں۔ ایک ہفتہ شہد پینے کے بعد وہ نہ صرف کہ تندرست ہو گیا بلکہ بیماری کے بعد کی کمزوری سے بھی محفوظ رہا۔

آج کل یرقان وائرس کی وجہ سے ہوتا ہے۔ ہم پچھلے دس سالوں سے یرقان کے مریضوں کو زیادہ مقدار میں شہد پلاتے آئے ہیں اس وائرس پر کسی بھی دوائی کا اثر نہیں ہوتا۔ لیکن اللہ کے فضل سے ہمارے مریضوں کی صحت یابی کا لیبارٹری سے ثبوت میسر آجاتا ہے۔

. دل کے والو میں سوزش کو روکنے کے لیے شہد کا استعمال مریض کی توانائی کو بحال کرے گا۔ سانس کی نالیوں سے ورم کو اتارے گا۔ بلغم کو نہ صرف نکالے گا بلکہ اس کی پیدائش کو بھی کم کرے گا۔ اس سے سانس لینے کی دشواریاں کم ہوں گی۔ ابلے پانی میں شہد دینے سے پیشاب کھل کر آئے گا اور علیحدہ سے پیشاب آور ادویہ دینے کی ضرورت کم ہو جائے گی۔

بچوں کی پرانی کھانسی کے لیے انگلستان سے Syrup of wild آیا کرتا تھا۔

Chicory کو ہم کاسنی کہتے ہیں۔ عربی میں یہ ھندباء ہے نبی اکرم ﷺ نے فرمایا:

مامن ورقة من ورق الهندباء الا وعليها قطرة من الجنة

(شوکانی' ابن المفلح)

(کاسنی کے پودہ کے پتوں میں سے ایسا کوئی نہیں ہے جس پر روزانہ جنت کے پانی کے قطرے نہ گرتے ہوں۔)

کاسنی کو جنت کے پانی سے لبریز ہونے کی دو احادیث اور بھی ہیں۔ اطباء قدیم نے ہر قسم کی

سوجن اور خاص طور پر جگر کی بیماریوں میں مفید قرار دیا ہے۔

ایک عزیزہ کو C-Virus سے شدید یرقان تھا۔ اسے شہد دیا جا رہا تھا۔ کہ اجمل دواخانہ کے میاں منیر نبی خان عیادت کو آئے۔ انہوں نے شربت کاسنی کی بوتل پیش کی۔ مریضہ کو دوسرے علاج کے ہمراہ شربت کاسنی بھی دیا گیا۔ وہ توقع سے پہلے شفایاب ہو گئی۔

ابن القیم نے کاسنی کے اثرات کو شہد سے دوبالا کرنے کا مشورہ دیا ہے کاسنی کے پتوں پر جنت کے پانی کے قطرات گرنے کی وجہ سے اطباء قدیم نے ان کو استعمال سے پہلے دھونے کے خلاف تھے۔

میاں منیر نبی خان نے کاسنی سے ایک جراثیم کش دوائی Donomycin تیار کی ہے جو کہ ہر قسم کی سوزشوں میں مفید ہے۔

نبی اکرم ﷺ نے گلے کی سوزش کے لیے قسط کو مفید قرار دیا اور ایک بچے کا علاج کر کے دوائی کے اثرات کا مظاہرہ فرمایا۔ ایک دوسرے مقام پر انہوں نے پلوریسی کے علاج میں اسی کو بہترین قرار دیا۔ جب قسط میں گلے میں سوزش پیدا کرنے والے جراثیم کو مارنے کی صلاحیت موجود ہے تو پھر اس سوزش سے پیدا ہونے والے مسائل کے علاج میں استعمال کرنا ایک منطقی نتیجہ ہے۔

مرزنجوش کا درخت پنجاب میں عام ہے۔ اسے مقامی طور پر مروا کہتے ہیں۔
حضرت انس بن مالکؓ روایت فرماتے ہیں کہ نبی اکرم ﷺ نے فرمایا :

علیکم بالمرز نجوش، فانہٗ جید للخشبام (السیوطی، ابو نعیم، ابن السنی)

(تمہارے لیے مرزنجوش موجود ہے۔ یہ زکام کے لیے ایک زبردست علاج ہے)

مہندی بنیادی طور پر ایک جراثیم کش دوائی ہے۔ اس صفت کو حضرت ام سلمہؓ یوں بیان کرتی ہیں :

کان لایصیب رسول اللہ قرحۃ ولا شوکۃ الاوضع علیھا الحناء

(بخاری، ترمذی)

(رسول اللہ ﷺ کو جب بھی کوئی زخم آیا یا کانٹا چبھا تو انہوں نے ہمیشہ اس پر مہندی لگائی۔)

مہندی کو لگانے کے علاوہ اطباء قدیم نے اسے آنتوں کے زخموں میں کھلایا بھی ہے ہم نے سانس کی نالیوں اور گردوں کی سوزش میں ہمیشہ قسط کے ساتھ مہندی کو شامل کیا۔ لیکن بازار میں ملنے والی پسی ہوئی مہندی زہریلی ہوتی ہے مہندی کے پتے لے کر ان کو پیس کر شامل کرنا زیادہ صحیح اور مفید ہے۔

صمام تاجی اور دوسرے صماموں کی سوزش اور سدش کے لیے ہم نے عام طور پر یہ نسخہ تجویز کیا ہے۔

1- ابلے ہوئے پانی میں بڑا چمچہ شہد' دن میں 5-3 مرتبہ۔

2- ناشتہ میں جو کا دلیا۔ شہد ڈال کر۔

3- قسط البحری (شیریں) 100 گرام

برگ کاسنی 5 گرام

برگ مہندی 10 گرام

کلونجی 20 گرام

ان کو ملا کر پیس کر چھوٹا چمچہ ' صبح 'شام کھانے کے بعد۔ مریض اگر یہ نسخہ لگاتار کھاتا رہے گا تو اسے کبھی بھی کسی اور علاج کی ضرورت نہ پڑے گی۔ اگر سوزش زیادہ ہو یا بخار ہو جائے تو وقتی طور پر چند دن کے لیے کوئی Antibiotic استعمال کی جا سکتی ہے۔

اگر خون کی نالیوں کی وسعت میں کمی آ گئی ہو تو ہر کھانے کے بعد 3 دانے خشک انجیر ' والو بند ہونے کے بعد اکثر دل پھیل جاتا ہے۔ اصولی طور پر یہ تکلیف نہیں بلکہ دل اپنے آپ کو حالات کے مطابق بڑھا لیتا ہے۔ ایسا ہونے سے دوران خون پر مزید برے اثرات مرتب ہوتے ہیں۔

ہم نے اضافی طور پر پھیلے ہوئے دل کے مریضوں کو نہار منہ صبح شہد کے گلاس کے ساتھ سات کھجوریں اور ان کی گٹھلیاں پیس کر کھانے کا مشورہ دیا۔ ایسے 96 مریضوں میں سے

73 کے دلوں کے حجم کم ہو کر اعتدال کی حد میں آ گئے۔ طبیب اعظم کے نسخہ کے مطابق دل کے مریضوں کے لیے مدینہ منورہ کی عجوہ کھجور ہی بہترین علاج ہے۔ لیکن یہ کھجور ہر کسی کو میسر نہیں آسکتی۔ اس لیے مریضوں کو مقامی کھجوروں پر ڈالا گیا اور اللہ کے فضل سے اکثر بہتر ہو گئے۔

نبی اکرم ﷺ نے کھجور اور انجیر کو بیک وقت دینا منع فرمایا ہے۔ اس لیے مریض جب کھجوریں کھا رہا ہو تو انجیر نہ کھائے۔ ویسے بھی کھجور اور اس کی گٹھلیاں کھانے والوں کو انجیر کی ضرورت باقی نہیں رہتی۔

باب 17

ISCHAEMIC DISEASES OF HEART

دل کو ملنے والے خون کی کمی اور رکاوٹ کی بیماریاں

دل کا دورہ

دل بڑا ایماندار عضو ہے۔ ہر منٹ میں تقریباً پانچ لیٹر خون اس میں سے گذرتا ہے۔ لیکن یہ اپنی ضرورت کیلئے ایک بوند بھی استعمال نہیں کرتا۔

قدرت نے اس کی ضرورت کیلئے خون کا علیحدہ بندوبست کیا ہے۔ بائیں بطن سے اورطہ کے نکلتے ہی سب سے پہلی شریان جو اس سے برآمد ہوتی ہے وہ Coronary Artery ہے۔ جو اوپر سے ہوکر دل کی پچھلی سمت جاتی اور ہر حصہ کیلئے خصوصی شاخیں نکالتی ہے۔ یہ اکلیلی دوران خون (Corurary circulation) ہے۔

ان نالیوں میں کسی جگہ بھی رکاوٹ آجائے تو دل کے عضلات میں توانائی کی کمی سے شدید نتائج برآمد ہوسکتے ہیں۔ نالیوں میں رکاوٹ کی دو قسمیں ہیں۔

1۔ عارضی میں ذہنی یا جسمانی تھکن یا اعصابی اثرات سے نالیوں میں انقباض (Spasm) آجاتا ہے۔ جو عام طور پر مختصر عرصہ کیلئے ہوتا ہے۔ اسے Angina Pectoris کہتے ہیں۔

2۔ مستقل رکاوٹ میں نالیوں کی وسعت میں کمی آجاتی ہے یا کوئی سدہ ایک یا زیادہ نالیاں مستقل سد کردیتا ہے۔ یہ Coronary Thrombosis ہے۔

وجع القلب (Angina Pectoris)

درد دل

جسمانی جدوجہد۔ جوش۔ ہیجان۔ ذہنی دباؤ سے کبھی چھاتی میں درد ہوتا ہے۔ یہ حد سے زیادہ خوشی سے بھی ہو سکتا ہے۔ یہ ایک وقتی کیفیت ہے جو کچھ دیر رہتی ہے۔ لیکن آرام یا معمولی علاج سے ٹھیک ہو جاتی ہے۔

ابوبکر احمد بن ذکریا رازی نے "الحاوی" میں اس کی نوعیت کو بیان کیا ہے۔

وجع القلب يتولد من التجويف الايسر

(دل میں درد بائیں بطن میں رکاوٹ سے پیدا ہوتا ہے)۔

طب جدید میں 1768ء میں ایک برطانوی ڈاکٹر ہبرڈن نے اس کا تفصیلی مطالعہ شائع کیا۔ اس سے پہلے بو علی سینا نے دل کو خون مہیا کرنے والی نالیوں کو مورد الزام ٹھہراتے ہوئے ان میں رکاوٹ کو اس کا سبب قرار دیا تھا۔

حکیم محمد اعظم خان نے "محیط اعظم" میں بیان کیا ہے۔

"کبھی دل میں ہلکا ہلکا سا درد پیدا ہوتا ہے۔ جو عرصہ تک برقرار رہتا ہے۔ اگر اس کے علاج کی کوشش کی جائے تو چلا جاتا ہے۔ کبھی پھر سے شدت اختیار کرتا اور موت کا باعث بن جاتا ہے"

دوسرے عرب اطباء نے بھی اس بیماری کا تذکرہ کیا ہے۔ سکندر طرالیلی اسے

بخاروں سے پیدا ہونے والے زہریلے مادوں کا دل پر اثر بنتا ہے۔

دل کو اپنی ضرورت کیلئے سارے جسم کے مقابلے میں زیادہ خون کی ضرورت ہوتی ہے۔ کیونکہ وہ ہر وقت مصروف عمل رہتا ہے۔ یہ خون کی 70 فیصدی آکسیجن کو صرف کرتا ہے۔ اگر اسے خون کی بھرسائی میں کمی آجائے تو اس میں درد اٹھتا ہے۔ جسے یوں بھی بیان کیا گیا ہے۔

It is the cry of Heart in distress

دل کو ملنے والے خون کی کمی کے دو اہم نتائج ہوسکتے ہیں :۔

☆ وجع القلب

☆ دل کا دورہ

اکثر اوقات دل کا درد آہستہ آہستہ دل کے دورہ کی شکل اختیار کر لیتا ہے۔ بلکہ ہم نے اکثر مریضوں کو دیکھا ہے کہ وہ شروع میں Angina کے مریض قرار پاتے ہیں۔ لیکن وقت کے ساتھ وہ درد کبھی کبھار کی جائے مستقل ہو کر دل کے دورہ کی تمام علامات پر پورا اترنے لگتا ہے۔ اور بقول حکیم اعظم خاں، موت کا سبب بنتا ہے۔

اسباب

یہ بنیادی طور پر دل کو ملنے والے خون کی کمی کی بیماری ہے۔

خون میں یہ کمی :

1۔ ورزش۔ جسمانی جدوجہد اور مستقل پریشانیوں کی وجہ سے دل کا کام بڑھ جاتا ہے۔ اسے مزید آکسیجن کی ضرورت پڑتی ہے جو اسے میسر نہیں آتی۔

2۔ دل کو آکسیجن کی کمی نالیوں میں کسی قولنجی کیفیت (Spasm) کی وجہ سے ہو سکتی ہے۔

3۔ دل کے خانوں کی بیماریاں۔ خاص طور پر وہ کیفیات جب دل کے صمام موٹے ہو

جائیں اوران پر کلسیم کی تہ جمی ہو۔

4۔ اختلاج قلب اور وہ بے قاعدگیاں جن میں دل کی رفتار خراب ہو جاتی ہے۔

5۔ بلڈ پریشر میں زیادتی اکلیلی دوران خون کو متاثر کرتی ہے۔

6۔ ذیابیطس کی بیماری میں خون کی نالیوں کی موٹائی یا سختی۔

7۔ گلہڑ اور خون کی کمی۔

8۔ معدنیات اور مضر صحت ادویہ مثلاً سنکھیا ہڑتال اور دیاگرا کا استعمال۔

مریض پر بیماری کا حملہ عام طور پر جسمانی مشقت، سردی لگنے سے، پیٹ بھر کر مرغن کھانے کے بعد، گھبراہٹ، غصہ اور جذباتی ہیجان کے بعد ہوتا ہے۔ لیکن ایسے واقعات بھی دیکھے گئے ہیں جب پرانی قبض کے مریض اجابت پر زور دیتے ہیں یا ہمبستری کی مشقت کا بوجھ دل کو برداشت نہیں ہوتا۔

اطباء قدیم نے نفسیاتی عوامل کو اس بیماری کا اہم سبب قرار دیا ہے۔ ایک عام آدمی بھی روزانہ تھوڑی بہت محنت مشقت یا ریاضت کرتا ہے۔ وہ لوگ جو یہ باقاعدہ کرتے ہیں ان کو محنت یا دماغی کام سے کچھ نہیں ہوتا۔ لیکن وہ جو اس کے عادی نہ ہوں اور کبھی کبھار کام کریں یا مسلسل کرتے رہیں اور اپنے جسم پر اس کی استعداد سے زیادہ بوجھ ڈالیں ان کو یہ تکلیف زیادہ ہو سکتی ہے۔

ایک عام آدمی جب صبح اٹھتا ہے تو وہ ناشتہ کرتا ہے۔ ناشتہ جلد ہضم ہو جاتا ہے اور اس سے حاصل ہونے والی توانائی دو تین گھنٹوں کے بعد میسر آجاتی ہے۔ مگر وہ لوگ جو معقول یا جسمانی ضروریات سے کم ناشتہ کرتے ہیں کمزوری ان کے جسم پر ہمیشہ طاری رہتی ہے۔ اور وہ عضلات کی کمزوریوں کا ہمیشہ شکار رہتے ہیں۔ اس باب میں نبی ﷺ کا ایک مفید ارشاد بڑی اہمیت رکھتا ہے۔

خیر الغداء بواکرہ

(بہترین ناشتہ وہ ہے جو صبح جلدی کیا جائے)

مثال کے طور پر اگر ناشتہ صبح سات بجے کر لیا جائے تو اس سے حاصل ہونیوالی توانائی نو بجے کے بعد میسر آ جائے گی۔ اگر صبح چائے کے پیالے کے ساتھ رس بسکٹ کھالیے جائیں یا روٹی اور چائے تو یہ جسمانی ضرورتوں کیلیے کافی نہیں اور اس ناشتہ سے بیماریوں کا پیدا ہونا ایک لازمی نتیجہ ہوگا۔

علامات

دل اور اس کی نالیاں مردوں اور عورتوں میں یکساں ہوتی ہیں۔ لیکن دل کا یہ درد جوان مردوں میں زیادہ ہوتا ہے۔ عمر کے ساتھ ساتھ عورتوں اور مردوں کے درمیان بیماری کی نسبت میں کمی آ جاتی ہے۔ ساٹھ سال کی عمر میں بیمار ہونے والے مردوں اور عورتوں کی تعداد تقریباً یکساں ہوتی ہے۔

بیماری کی ابتدا میں اکثر مریض چھاتی میں درد یا جائے کھانے کے بعد پیٹ میں بوجھ۔ چھاتی میں جلن اور طبیعت میں بوجھ کی شکایت کرتے ہیں۔

چھاتی میں درد ہوتا ہے۔ کبھی ایسا محسوس ہوتا ہے کہ جیسے اندر سے کسی نے دل کو مٹھی میں لے کر جکڑ دیا ہے۔ درد چھاتی کے سامنے حصہ میں، بائیں طرف محسوس ہوتا ہے۔ یہ درد صرف بائیں کندھے میں محسوس ہوتا ہے۔ کبھی کبھی یہ درد بائیں کلائی سے شروع ہو کر پورے بازو اور چہرے میں بھی ہونے لگتا ہے۔

درد کے ساتھ گھبراہٹ زردی اور سانس لینے میں تکلیف ہونے لگتی ہے۔ مریض کو ہلنے جلنے سے زیادہ تکلیف ہوتی ہے۔ درد مسلسل ہوتا ہے اور عام طور پر یہ دورہ 1-4 منٹ تک محدود رہتا ہے۔

درد کا دورہ عام طور پر غصہ۔ گھبراہٹ۔ جذباتی ہیجان۔ معمول سے زیادہ مشقت کے دوران خاص طور پر کھانا کھانے کے بعد شروع ہوتا ہے۔ مریض کو ایسا محسوس ہوتا ہے کہ جیسے حلق میں لقمہ پھنس گیا ہے۔ چکر آتے ہیں۔ بے ہوشی کا دورہ پڑ سکتا ہے۔ ٹھنڈے

پسینے آتے ہیں۔ اکثر مریض ایسا محسوس کرتے ہیں کہ دل بند ہو جانے کو ہے۔ کھانا کھانے کے بعد جلد سو جانے والوں کو یہ دورہ نیند کے دوران بھی ہو سکتا ہے۔

رات کو دوروں سے بچانے کیلئے نبی ﷺ کا ایک نسخہ موجود ہے۔

رسول اللہ ﷺ نے ایک شخص کو نصیحت کی کہ وہ رات کے کھانے کے بعد تھوڑا سا پیدل چلا کرے۔ اس شخص نے بتایا کہ وہ مزدوری پر کھیتوں کو پانی دیتا ہے۔ اس لئے دن بھر چلتا رہتا ہے۔ رات کو جب گھر آتا ہے تو وہ دن بھر کی مشقت سے بے حال ہوتا ہے۔

حضور اکرمؐ نے کہا کہ کیا تم سو قدم بھی نہیں چل سکتے۔ اس شخص نے کہا کہ سو قدم تو چل سکتا ہوں۔ حضورؐ نے فرمایا کہ خواہ تم سو قدم ہی چلو۔ مگر چلنا ضرور۔

جس نے رات کا کھانا جلد کھایا اور اس کے تھوڑے عرصے بعد پیدل چلا اسے رات کو ہی نہیں بلکہ دن میں بھی درد دل کا دورہ نہیں پڑے گا۔ یہاں پر ان کا ایک اور ارشاد بڑی اہمیت رکھتا ہے۔

"کھانا پیٹ بھر کر نہ کھایا جائے۔"

باب 18

غیر یقینی درد دل (Unstable Angina)

یہ درد دل کے درد ہی کی قسم ہے۔ لیکن نوعیت کے لحاظ سے تھوڑا سا مختلف ہوتا ہے۔

- ☆ بیماری ابھی ابتدائی مراحل میں ہے۔
- ☆ معمولی مشقت سے دل میں درد کا ہونا۔ بار بار ہونا اور دورے کا عرصہ بڑھ جانا۔
- ☆ آرام کے دوران بھی درد کا ہونا۔ یہ درد مسلسل 15 منٹ تک بھی ہو سکتا ہے۔
- ☆ دل کے دورہ کے بعد بار بار کا درد۔

بنیادی طور پر یہ وجع القلب ہے۔ لیکن علامات کی شدت کے لحاظ سے مختلف ہو جاتی ہے۔

تشخیص

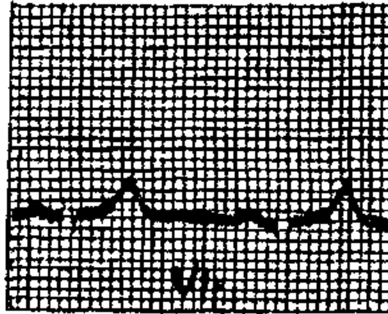
مرض کی بنیادی تشخیص مریض کی علامات سے کی جاتی ہے۔ سینہ میں درد۔ اس درد کا بائیں بازو سے گلے تک جاتا ہے۔ وقت کے ساتھ درد سینہ کے وسط اور بائیں حصہ تک محدود ہو جاتا ہے ایسا درد عضلات کی مقامی تکالیف۔ اعصابی خلل اور بہت سی ریاح سے بھی محسوس ہو سکتا ہے۔ اس لئے تشخیص کیلئے کسی ماہر ڈاکٹر کا ہونا ضروری ہے۔ مرض کی تصدیق کے طریقے یہ ہیں۔

برقی قلب نگاری (E.C.G)

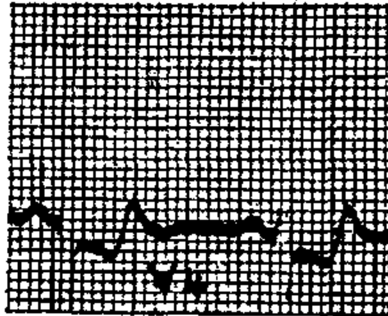
دل کی تمام بیماریوں میں قلب نگاری ایک مفید ذریعہ ہے۔ وجع القلب میں اکثر اوقات قلب نگاری پر کوئی خاص خرابی نظر نہیں آتی۔ شبہ کی صورت میں مریض سے

تھوڑی سی مشقت کروائی جاتی ہے۔

ایک عام طریقہ میں مریض کو 9 انچ بلندی پر واقع سیڑھیاں ڈیڑھ سے 3 منٹ تک چڑھنی پڑتی ہیں۔ جس کے بعد دل کا ریکارڈ دوبارہ لیا جاتا ہے۔ ذیل میں دل کے دو گراف پیش ہیں۔



اس گراف میں مریض کی تمام لکیریں نارمل ہیں۔ ان کو دیکھنے کے بعد بیماری کا شبہ نہیں پڑتا۔



اس گراف سے پہلے مریض کو مسلسل تین منٹ تک معمولی ورزش کروائی گئی ہے۔ جس سے گراف میں واضح تبدیلیاں نظر آنے لگیں۔ حالانکہ دونوں گراف ایک ہی مریض کے ہیں اور ایک ہی وقت میں وقفہ پر لئے گئے۔

تابکاری کے ٹیسٹ

تابکاری مادوں کی دریافت کے بعد دل کے دورانِ خون کے مطالعہ میں کچھ آسانیاں میسر آ گئی ہیں۔ پہلے Thallium 201 استعمال کیا جاتا تھا۔ اب بعض استادوں نے Cardiolyte کو زیادہ پسند کیا ہے۔ مریض کی شریانوں میں اس دوائی کو داخل کرنے کے

بعد خصوصی آلات کے ذریعہ دل میں دورانِ خون کا مشاہدہ کیا جا سکتا ہے۔ پروفیسر طارق ملک کا خیال ہے کہ اس دوائی سے دل کے ساتھ ساتھ گردوں کے دوران خون کا بھی مطالعہ کیا جا سکتا ہے۔

یہ ٹیسٹ مفید اور کار آمد ہیں۔ لیکن یہ عام ڈاکٹر کے بس کی بات بھی نہیں۔ یہ کسی بہت بڑے ہسپتال میں ممکن ہیں اور وہ بھی تب جب وہاں کے منتظمین ایسا کرنے پر آمادہ ہوں۔

دل کے درد سے ملتی جلتی بیماریوں میں اعصابی تناؤ۔ گھبراہٹ اور تفکرات سے پیدا ہونے والا درد بعض اوقات شبہ کا باعث ہوتا ہے۔ لیکن یہ درد جوان عورتوں میں تھکن یا گھبراہٹ کے بعد ہوتا ہے۔ بائیں چھاتی سے کندھوں کے پیچھے کی سمت جاتا ہے۔ مریض لمبے لمبے سانس لیتا ہے۔ درد کا عرصہ طویل ہوتا ہے۔ اور مقامی طور پر دبانے سے درد محسوس ہوتا ہے۔

علاج

عرصہ دراز سے قلمی شورہ کے مرکبات کو اس کے علاج میں بڑی شہرت حاصل ہے۔ عام طور پر Glyceryl Trinitrate کی 0.6 ملی گرام کی یا Isosorbide Dini-trate کی 5 ملی گرام کی گولی زبان کے نیچے رکھنے سے 3-5 منٹ میں درد جاتا رہتا ہے۔ بعض حالات میں Nitrate کا سپرے بھی کیا جاتا ہے۔ لیکن اس کی مقدار اور استعمال ماہر ہاتھوں کی نگرانی میں ہونا چاہیے۔

جن مریضوں کو آنکھوں میں کالا موتیا (Glaucoma) ہو ان کے لئے اس علاج میں خطرات ہیں۔ اب نائٹریٹ سے بنے ہوئے چپکنے والی پٹی کے ٹکڑے بھی آگئے ہیں جن کو بار بار دوائی کھانے کی بجائے جسم پر چپکا دیا جاتا ہے۔

آئندہ کی احتیاطیں

ایک مرتبہ دورہ پڑنے کے بعد ایسے واقعات آئندہ ہونے کے وسیع امکانات موجود ہیں۔ اس لئے مریض کو ہمیشہ یہ بات ذہن میں رکھنی چاہیے کہ بیماری آسانی سے چھوڑنے کی نہیں۔ ان امور کو توجہ میں رکھنے سے آئندہ کی بہتری کے امکانات موجود ہیں۔

☆ بلڈ پریشر کو قابو میں رکھا جائے۔ اس کا باقاعدہ علاج کیا جائے۔

☆ اگر ذیابیطس کی بیماری بھی ہو تو اس کا تندہی سے علاج کیا جائے۔ مرض کو کنٹرول کرنے کے لئے ادویہ کے ساتھ ساتھ مناسب پرہیز مسلسل کیا جائے۔

☆ تمباکو نوشی ترک کر دی جائے۔

☆ وزن اگر زیادہ ہے تو اسے کم کرنے پر پوری توجہ دی جائے۔

☆ مریض کو مشقت سے پرہیز کرنا چاہیے۔ اگر معمولی حرکات سے تکلیف نہ ہوتی ہو تو بستر پر پڑے رہنا ضروری نہیں۔

☆ اگر چلنے پھرنے یا معمولی مشقت سے تکلیف نہ ہوتی ہو تو ان پر پابندی کی ضرورت نہیں۔ اگر کسی مشقت سے درد ہوتا ہو تو اسے ترک کر دیا جائے۔

☆ غذا میں چکنائی کا کم سے کم استعمال کیا جائے۔ عام خیال ہے کہ دیسی گھی اور مکھن سے خون میں غیر پسندیدہ چکنائیاں بڑھ کر بیماری میں اضافہ کر سکتی ہیں۔

ساری دنیا میں دیسی گھی کا رواج صرف پنجاب میں ہے۔ لیکن جدید طرز زندگی اور مہنگی سہولتوں سے پہلے یا تقسیم ملک سے پہلے پنجاب میں دل کے دورہ کی خبر کبھی سننے میں نہیں آتی تھی۔ اس کا مطلب یہ ہے کہ پنجابی اگر گھی کھاتے تھے تو اس کے ساتھ محنت مشقت کر کے اس چکنائی کو صرف کر لیا کرتے تھے۔ پیدل چلنے سے نفرت، مرغن کھانے اور بار بار کھانا خون کی نالیوں کو موٹا کر کے دوران خون کو متاثر کر سکتا ہے۔

وجع القلب ایک سیدھی سادی بیماری ہے۔ لیکن وہ اسباب جنہوں نے دل کی شریانوں میں سکڑن پیدا کی بات کو آگے بھی بڑھا سکتے ہیں۔ اس مرض کیلئے علاج کا پروگرام بڑا لمبا اور پرپیچ بنایا جاتا ہے۔ مثلاً

1۔ سکون آور ادویہ Sedatives۔ یہ اعصاب کو سکون دیتی اور ذہن کو آرام کرنے کا موقع فراہم کرتی ہیں۔

2۔ Nitrates کی گولیاں دن میں 3-4 مرتبہ کھائی جائیں۔ چونکہ ان سے سر درد ہو سکتا

ہے۔اس لئے مقدار کو آہستہ آہستہ بڑھایا جائے۔

3۔B-Blockers۔ یہ ادویہ دل کے عضلات اور ان پر اثر کرنے والے خامروں کو بے حس کرتی ہیں۔ جیسے کہ Propronol- Timolotوغیرہ۔ یہ ادویہ بلڈ پریشر کو کم کرتی ہیں۔دل کی دھڑکن میں کمی لاتی ہیں اور دل میں آکسیجن کے صرف کو کم کرتی ہیں۔لیکن اگر کسی کے پھیپھڑے علیل ہوں۔یا دل کی رفتار میں پہلے سے بے قاعدگیاں موجود ہوں تو ان سے نقصان ہوتا ہے۔

4۔Calcium Antagonists۔ دل کے عضلات کی کارکردگی میں کلسیم کی بڑی ضرورت ہوتی ہے۔ یہ ادویہ Verapamil- Nifedipine سے کلسیم کا استعمال کم ہو جاتا ہے۔دل کی رفتار کم ہوتی ہے۔ خون کی نالیوں میں وسعت آتی ہے۔

آپریشن

جس طرح دل کے دورہ کا آپریشن کیا جاتا ہے۔ کچھ مریضوں میں تقریباً وہی آپریشن کر کے اس مصیبت سے نجات دلائی جا سکتی ہے۔ ورنہ ایک مختصر آپریشن Angioplasty کے ذریعہ سے بھی ختم کیا جاسکتا ہے۔

یونانی علاج

جدید علاج کی تفصیلات میں دیکھا گیا کہ جو کچھ بھی کیا جاتا ہے اس کا فائدہ وقتی ہے۔ یعنی جسے ایک مرتبہ دل میں درد ہو گیا وہ ہمیشہ اس میں مبتلا اور بیماری کے بار بار کے حملوں سے دہشت کا شکار رہے گا۔اطباء قدیم نے اس مسئلہ کو توجہ دی ہے اور ان کے چند علاج یہ ہیں۔

1۔ دل کے مقام پر دار چینی۔ عود۔ وج ترکی۔ زرنباد۔ مصطگی رومی ہم وزن لے کر عرق گلاب میں پیس کر سینہ پر لیپ کریں۔

2۔ جواہر مہرہ۔32 گرام کو خمیرہ گاؤزبان عنبری جواہر والا 5 گرام میں ملا کر عرق بید

مشک۔ عرق گلاب۔ عرق عنبر میں سے ہر ایک 5 ملی لیٹر میں ملائیں۔ پھر شربت انار شیریں 50 ملی لیٹر میں ملا کر دن میں تھوڑا تھوڑا بار بار دیا جائے۔

3۔ ابو بکر رازی نے ایک حکیم کو علاج کرتے دیکھا اور وہ اس سے متاثر ہوا۔ پیٹ میں ریاح کیلئے جوارش بلادری دی جائے۔ سینہ پر روغن انارین کی مالش۔ گرم خوشبوئیں۔ سنگھائیں۔ عود مصری اور مشک کی بھاپ دی جائے۔

4۔ لونگ ایک گرام۔ چینی 2 گرام باریک پیس کر سوتے وقت تازہ پانی کے ساتھ دی جائے۔

5۔ صدف سوختہ ایک گرام یا مروارید ناسفتہ کا محلول ورق طلاء 4 عدد کو شربت نیلوفر میں ملا کر پلائیں۔ اوپر سے عرق نیلوفر دیں (علاج نبوی باب کے آخر میں ہے)

باب 19

Heart Attack

Myocardial Infarction

تحجر عضلۂ قلب — دل کا دورہ — میتوتۃ القلب

چھاتی میں محسوس ہونے والا یہ جان لیوا درد عام طور پر ناگہانی طور پر شروع ہوتا ہے اور پھر بڑھتا جاتا ہے۔ بنیادی طور پر یہ دل کو خون مہیا کرنے والی اکلیلی شریانوں کی سدش ہے۔ کبھی تو یہ آہستہ آہستہ پیدا ہوتی ہے۔ اور کبھی فوراً ہی محسوس ہونے لگتی ہے۔

دل کو خون مہیا کرنے والی شریانوں میں رکاوٹ کا سب سے بڑا سبب ایک یا زیادہ نالیوں میں خون کا جم جانا ہے۔ اس لئے یہ Coronary Thrombosis کہلاتی ہے۔ خون اگر اورطہ سے نکلنے والی بڑی نالی میں جم جائے تو موت چند منٹوں میں ہو جاتی ہے۔ اگر سدش اس کی کسی شاخ میں ہو تو مریض کو علاج کی مہلت مل جاتی ہے۔

پاکستان بننے سے پہلے یہ بیماری بہت کم دیکھنے میں آتی تھی۔ تقسیم ملک کے بعد ہمارے رہن سہن۔ خوراک اور عادات میں کچھ ایسی تبدیلیاں آئی ہیں کہ دل کے ہسپتالوں میں بے پناہ ہجوم دیکھنے میں آتا ہے۔ بد قسمتی ہے کہ ہم دیسی گھی اور سگریٹ پر الزام دھرنے کے سوا اس بارے میں کچھ نہیں کر سکے۔

اطباء قدیم کو اس بارے میں پورا علم تھا۔ ابوبکر رازی اپنی شاندار کتاب ''الحاوی فی الطب'' میں اس کے نوعیت کے بارے میں رقمطراز ہے۔

وجع القلب ما يخصه

(یہ درد دل ہی کا ہے اور اسی سے مخصوص ہے)

اس کے ساتھ بو علی سینا نے قانون کی تیسری جلد میں ”احوال القلب“ کا باب باندھا ہے۔ وہ ثابت کرتا ہے کہ یہ درد تحجر الدم اور اس کے علاوہ نالیوں میں شحمی کلسیات Arteriosclerosis سے پیدا ہوتا ہے۔

وجع القلب یتولد من التجویف الایسر

(دل کا درد بائیں بطن سے پیدا ہوتا ہے)۔

بو علی نے دل کی نالیوں میں رکاوٹیں آنے کی وجہ سے دل کے افعال خراب ہونے کا تذکرہ کیا ہے۔

حکیم علوی خاں۔ حکیم اعظم خاں اور حکیم اجمل خاں صاحبان نے دل کے درد کو نالیوں میں رکاوٹ کے علاوہ جگر اور معدہ کے اثرات کا باعث بھی قرار دیا ہے۔

اطباء قدیم نے دل کی بیماریوں کو ہم سے بہتر سمجھا۔ اس کا علاج کیا اور ان کے مریض شفایاب ہوتے رہے۔ مگر ہماری پوزیشن یہ ہے کہ ہسپتالوں میں دل کے مریضوں کا ہجوم جمع کر لیا گیا ہے۔

> میں ایک کام سے دل کے ایک ہسپتال میں گیا۔ لوگوں کا ایک ہجوم تھا۔ جو ڈاکٹروں کے روبرو پیشی کیلئے آہ وزاری میں مصروف تھے۔ اندر سے فارغ ہو کر آنے والے ایک مریض کو پیشکار بتا رہا تھا کہ ECG کے 800 روپے اور دل کی نالیوں کے معائنہ کے 72000 روپے ہوں گے۔ اگر وہ اپنے ٹیسٹ کروانا چاہتا ہے تو 80,000 روپیہ جمع کروادے۔

یہ ایک سرکاری ہسپتال تھا۔ جسے غریبوں کیلئے بنایا گیا۔ جس کے پاس علاج کے اخراجات کے علاوہ تشخیص کے 80,000 نہ ہوں وہ کیا کرے؟ ہمارے ڈاکٹروں کو فخر ہے

کہ وہ انگلستان اور امریکہ سے دل کی بیماریوں کا علاج سیکھ کر آئے ہیں اور وہ پاکستان میں وہی کچھ کر رہے ہیں جو امریکہ میں ہوتا ہے۔ ان کی اپنی حالت کیا ہے؟ اس کا بیان دلچسپی سے خالی نہ ہوگا۔

انگلستان میں ہر سال 1,60,000 افراد دل کے دورہ سے مرتے ہیں۔ انگلستان کے شمال مشرقی علاقہ میں 400000 کی آبادی میں ایک شہر کے ہر ایک ہزار افراد میں سے 4.89 کو دل کا دورہ پڑا۔

دنیا میں دل کی بیماری کے سب سے کم مریض جاپان میں ہوئے۔ لیکن وہ جاپانی جو امریکہ میں آباد ہو گئے ان میں دل کی بیماریوں کی شرح امریکہ کی طرح ہی ہو گئی۔ سکنڈے نیویا کے ممالک میں بودوباش ایک جیسی ہے۔ لیکن سویڈن میں دل کے دورہ سے مرنے والوں کی تعداد نسبتاً کم ہے۔

اس موازنہ سے دو اہم چیزیں معلوم ہوئیں کہ دل کے دورہ کا بدترین خطرہ امریکہ میں رہنے والوں کو ہے۔ جبکہ خواتین اس سے قدرے محفوظ ہیں۔ بیمار ہونے والی عورتوں میں سب سے کم جاپان سے تھیں۔ فرانس کے لوگوں کو کھانے پکانے کا بڑا شوق ہے۔ بسیار خوری اور انگور کی شراب ان کی روزمرہ کی عادت ہے۔ لیکن ان کے یہاں بھی خواتین کم بیمار پڑتی ہیں۔

دل کے دورہ کے امکانات

آکسفورڈ میں دل کے ایک ہسپتال میں دل کے دورہ کی وجہ سے داخل ہونے والے مریضوں میں سے 30 فیصدی پہلے سے بلڈ پریشر کا شکار تھے۔ 25 فیصدی کو دل میں پہلے سے مختلف عوارض موجود تھے۔ ایک سروے میں دیکھا گیا کہ انگلستان کے بس ڈرائیور اور بنک کے عملہ میں دیکھا گیا کہ جنہوں نے غذا میں سبزیاں اور پھل کھائے ان کو دورہ کی شرح دوسروں سے کم رہی۔ اکثر ممالک میں خیال کیا جاتا ہے کہ غذا میں حیوانی ذرائع سے حاصل ہونے والی چکنائیاں زیادہ نقصان دہ نہیں۔ البتہ جن خاندانوں میں خون میں کولیسٹرول کی مقدار 270 ملی گرام سے زیادہ ہو وہاں پر دل کے دورے کا امکان زیادہ ہوتا ہے۔

اس کے مقابلے میں 1977 میں دنیابھر کے ممالک میں دل کے دورہ سے ہونے والی اموات کا ایک جائزہ عالمی ادارہ صحت نے جاری کیا ہے۔وہ یوں ہے۔

ملک	مرد	عورتیں
فن لینڈ	296	29
سکاٹ لینڈ	229	47
شمالی آئرلینڈ	223	28
امریکہ	193	45
آسٹریلیا	192	41
انگلینڈ اور ویلز	188	32
نیوزی لینڈ	175	64
کینیڈا	175	36
ہنگری	166	35
چیکوسلاویہ	157	21
ناروے	135	23
ہالینڈ	135	23
اسرائیل	111	27
جرمنی	110	18
بلغاریہ	99	21
اٹلی	97	15
سویڈن	94	7

فرانس	59	7
جاپان	24	6
رومانیہ	74	17

ان مشاہدات کا سب سے دلچسپ جواب پاکستان کے شہر قصور سے میسر آیا۔ عالمی ادارہ صحت کے ایماء پر ڈاکٹر اسلم خان نے قصور میں لوگوں کے خون میں کولیسٹرول کی مقدار کا اندازہ کرنے کیلئے ایک سروے کیا۔ دیکھا گیا کہ 15 سال کی عمر کے بھی ایسے بچے موجود تھے جن کے خون میں کولیسٹرول کی مقدار 700 ملی گرام تک پائی گئی۔

حیرت کی مزید بات یہ کہ خون میں کولیسٹرول کچھ خاندانوں میں تھی اور ان خاندانوں میں کسی کو دل کے دورہ کی تکلیف کبھی نہیں ہوئی۔ دنیا کے بیس ممالک میں دیکھا گیا ہے کہ دل کے دورہ کا شکار ہونے والوں کے خون میں کولیسٹرول کی مقدار زیادہ پائی گئی۔ مختلف ماہرین نے دل کے بیماروں کے خون ٹیسٹ کرنے کے بعد کولیسٹرول ہی کو مورد الزام ٹھہرایا ہے۔

دل کا دورہ عام طور پر ایک خاندانی بیماری ہے۔ دیکھا گیا ہے کہ یہ مصیبت خاندانوں میں چلتی ہے۔ کہا جاتا ہے کہ یہ موٹے۔ آرام طلب۔ چڑچڑے افراد کو ہونے کا زیادہ امکان ہے۔

امریکہ میں دل کے دوروں پر تحقیقات کرنے والے یہ بھول گئے کہ وہ جفاکش زندگی گذارنے کے ساتھ ساتھ بغیر دودھ اور چینی کے کافی کثرت سے استعمال کرتے ہیں۔ یہ امر طبی طور پر ثابت ہے کہ کافی خون کی نالیوں کو کھولتی ہے۔ کافی پینے سے اختلاج قلب اکثر ہوتا ہے۔ کیا یہ ممکن نہیں کہ کافی پینے ولوں کو دل کا دورہ پڑنے کا احتمال دوسروں سے زیادہ ہو؟

ایک بہت بڑے سرکاری افسر کو دیکھا کہ وہ کھانے کے دوران

چکنائیوں سے اجتناب کرتے تھے۔ سبزیاں اور پھل شوق سے کھاتے
تھے۔دن کے علاوہ رات کو بھی لمبی سیر ان کی باقاعدہ عادت تھی۔ان کا
جسم پھرتیلا اور دبلا تھا۔ اس کے باوجود ان کو دل کا دورہ پڑا۔ پھر آپریشن
ہوا۔کچھ عرصہ بعد اب دل کے دوسرے آپریشن کی صعوبت سے
گذرے ہیں۔حال میں حرکت قلب بند ہونے سے وفات پائی ہے۔

دل کی کتابوں کو دیکھئے تو ماہرین کے کمالات اوران کے سروے رپورٹوں سے بھری پڑی ہیں۔اس کا نتیجہ کیا نکلا ؟اطباء قدیم کا خیال تھا کہ ہاضمہ کی خرابیاں اور پتہ کی سوزش یااس میں پتھریاں ہونے سے دل پر بوجھ پڑتا ہے اور دورہ کے امکانات بڑھ جاتے ہیں۔

ہم نے 1960ء میں مشاہدہ کرنا شروع کیا کہ دل کے ہر مریض کا ہاضمہ خراب ہوتا ہے۔اس بارے میں دل کے متعدد ماہرین کو متوجہ کیا، لیکن وہ لوگ دوسری باتوں میں زیادہ مصروف تھے۔

میرا سوال یہ تھا کہ دل کے ہر مریض کو پیٹ میں گیس کی شکایت کرتے دیکھا گیا ہے۔کیااس گیس نے دورہ پیدا کیایا پیٹ میں خرابی دورہ کی وجہ سے پیدا ہوتی ہے۔

ڈاکٹر اشفاق شیخ کا خیال ہے کہ تبخیر معدہ اور پتہ کی سوزش کی علامات دل کی تکلیف سے ملتی جلتی ہیں اس لیے مغالطہ کا امکان موجود ہے۔

جدید ماہرین اس امر پر متفق ہیں کہ پرانی قبض کے مریض جب فراغت حاصل کرنے کیلئے بار بار زور لگاتے ہیں تو پیٹ کے اندر دباؤ کے بڑھنے سے وجع القلب (Angina) کی تکلیف ہوسکتی ہے پیٹ کے اندر دباؤ کی زیادتی اگر دل میں درد پیدا کرسکتی ہے تو مسلسل گیس کی شکایت کرنے والوں کے دل پر بوجھ ہوسکتا ہے۔اس سے یہ واضح ہوا کہ پیٹ کی خرابی سے بھی دل کا دورہ پڑ سکتا ہے۔یہاں پر نبی ﷺ کا ایک اہم ارشاد سامنے آتا ہے۔

ان المعدة حوض البدن والعروق الیها واردة، فاذا

صحت العدة صدرت العروق بالصحة واذا فسدت المعدة صدرة العروق بالسقم۔(بیہقی)

(معدہ جسم کا حوض ہے۔ جس سے اطراف کو نالیاں نکلتی ہیں۔ اگر معدہ تندرست ہوگا تو نالیاں بھی صحت مند ہوں گی اور اگر معدہ علیل ہوگا تو نالیوں میں بھی بیماری ہوگی ہاضمہ کی خرابیاں پورے جسم کو متاثر کر سکتی ہیں)

نبی ﷺ نے دل کے دورہ کے علاج میں جو اصول مرحمت فرمائے ان میں زیادہ تر توجہ جگر کی اصلاح کی جانب رہی۔ اگر ہم جگر کے افعال کا مطالعہ کریں تو پتہ چلتا ہے کہ خون کے جمنے (Coagulation) کے عمل میں جو کیمیاوی مرکبات کام آتے ہیں وہ جگر ہی سے پیدا ہوتے ہیں۔ اگر اس میں خرابی ہو یا یہ خون کو جمانے والے خامرے زیادہ مقدار میں پیدا کرے تو نالیوں میں خون جم سکتا ہے۔

دل کے دوران خون کو متاثر کرنے والی دوسری اہم چیز شریانوں میں چکنائی کا انجماد ہے۔ Atheroscleris کی یہ کیفیت اس وقت پیدا ہوتی ہے جب جسم چکنائیوں کا صحیح بندوبست نہ کر سکے۔ اطباء قدیم تو اسی کیفیت کو شحمی کلسیات کا نام دے کر دل کے دورے کا ایک اہم سبب قرار دیتے آئے ہیں۔ جب خون کی نالیوں میں اندر سے موٹائی آجائے تو ان کی وسعت کم ہوتے ہوتے ختم بھی ہو سکتی ہے۔

مرغن کھانے کھانے سے اس کیفیت کے پیدا ہونے کا احتمال موجود ہے، چکنائی تو بہر حال کھائی جاتی ہے۔ اس کا بندوبست کرنا جگر کا کام ہے۔ اگر وہ اس کا ٹھیک سے انتظام نہ کر سکے تو غذا میں پائی جانے والی چکنائی کی معمولی مقدار بھی نالیوں کے اندر جم سکتی ہے۔ اب تک یہ کہتے تھے کہ حیوانی ذرائع سے حاصل ہونے والی چکنائیاں زیادہ خطرناک ہیں۔ نباتاتی ذرائع سے حاصل ہونے والی چکنائیاں کم خطرناک ہوتی ہیں۔ اب کے صورت حال یہ ہے کہ سبھی لوگ بناسپتی گھی یا تیل استعمال کرتے ہیں۔ پھر دل کی بیماریوں میں اضافہ کیونکر ہو رہا

ہے ؟ دنیا بھر میں دل کے دورہ سے مرنے والوں کی سب سے بڑی تعداد امریکہ میں ہوتی ہے۔امریکی گھروں میں کھانا نباتاتی تیلوں سے پکتا ہے۔

دل کے دورہ کی ایک وجہ تفکرات اور پریشانیاں بیان کی جاتی ہے۔ یہ وجہ معقول معلوم ہوتی ہے۔

ایک خاتون اپنے ڈاکٹر بچوں کو ملنے امریکہ گئی۔ ان کو عرصہ سے بلڈ پریشر تھا۔امریکہ میں قیام کے دوران ان پر فالج کا شدید حملہ ہوا۔ سارا جسم مفلوج ہو گیا اور کھانا پینا بھی ممکن نہ رہا۔ کچھ عرصہ کے علاج سے ان کی تکلیف کم ہوتی گئی اور وہ ہسپتال سے گھر آگئیں۔

ان کی بیٹی کو ماں سے بڑا پیار تھا۔ وہ بیماری کے دوران ماں کی تیمارداری کے ساتھ ہر وقت فکر مند رہی۔جب ماں تندرست ہو کر گھر آگئی تو بیٹی کو دل کا شدید دورہ پڑا۔ دل کے ڈاکٹر اس کے بھائیوں کے دوست تھے۔ انہوں نے دورے کی شدت کو محسوس کرتے ہوئے پہلے دن ہی دل کا آپریشن (Byepass) کر دیا۔ مریضہ آپریشن کے بعد چار دن تک بے ہوش رہی اور وفات پا گئی۔

ڈاکٹروں کا خیال تھا کہ اس نے ماں کی بیماری کا غم زیادہ کیا ہے اور اس کو نظر آرہا تھا کہ ماں اسے چھوڑ جائے گی۔ اس بچی کو علاج معالجہ کی بہترین سہولتیں میسر تھیں۔ اس کا تمام تر علاج امریکہ کے بہترین ہسپتالوں میں وہاں کے ماہرین کے ہاتھوں ہوا۔

قرآن مجید نے لوگوں کے طعنوں اور چہ میگوئیوں سے دل کے دورہ یا دمہ کے امکانات کا تذکرہ کیا ہے۔ (تفصیلات باب کے آخر میں)

دل کے دورہ کا زیادہ خدشہ ان لوگوں کو ہوتا ہے :

عمر : یہ 40 سال کی عمر کی بیماری ہے۔ اس کے زیادہ شکار متوسط عمر کے لوگ ہوتے ہیں۔ لیکن جوانوں میں بھی دیکھی جارہی ہے۔

جنس : عام طور پر یہ مردوں کی بیماری ہے۔ دنیا بھر کے ممالک میں مردوں اور عورتوں میں دل کی بیماری سے مرنے والوں کی تعداد سے اندازہ ہو سکتا ہے کہ عورتیں بہت کم مبتلا ہوتی ہیں۔ لیکن 45 سال کی عمر کے بعد مردوں اور عورتوں میں تناسب یکساں ہو جاتا ہے۔

جسمانی حالت : جن کے اجسام گول مٹول ہوں۔ جن کے Muscles زیادہ مضبوط نہ ہوں اور ہاتھ پیر لمبے نہ ہوں وہ زیادہ شکار ہوتے ہیں۔

خاندانی اثرات : بیمار ہونے والوں میں اکثر خونی قرابت داری پائی جاتی ہے۔ ایک ہی خاندان کے متعدد افراد دورے کا شکار ہو سکتے ہیں۔

حیرت کی بات یہ ہے کہ دورے کا شکار ہونے والوں کی اکثریت سے خون کا گروپ A پایا گیا۔ نسلی اثرات کی جائے ماحول کے اثرات زیادہ ہوتے ہیں۔ جیسے کہ جاپان کے رہنے والے دل کے دورہ سے محفوظ ہونے کے باوجود اگر امریکہ میں سکونت اختیار کریں تو ان میں بھی بیمار ہونے کے امکانات امریکیوں کی طرح بڑھ جاتے ہیں۔

غذا اور ماحول : دل کا دورہ پسماندہ ممالک میں زیادہ ہوتا ہے۔ جن علاقوں میں چکنائیاں۔ مٹھاس زیادہ کھائی جاتی ہے۔ وہاں یہ زیادہ ہوتا ہے۔ جن علاقوں میں پانی میں نمکیات نہیں ہوتے اور ان کے استعمال میں Soft Water آتا ہو وہاں کے لوگ اس کا زیادہ شکار ہوتے ہیں۔

پٹھان ہمیشہ دنبہ کا گوشت پسند کرتے ہیں۔ وہ چربی میں بالٹی گوشت پکا کر شوق سے کھاتے اور دل کے دورہ سے محفوظ رہتے ہیں۔

پنجاب دنیا کا واحد خطہ تھا جہاں دیسی گھی اور مکھن کھائے جاتے تھے۔ لیکن تقسیم

ملک نے پہلے یہاں پر دل کا دورہ نہ ہونے کے برابر تھا۔ اب جبکہ کساد بازاری کی وجہ سے دیسی گھی کی بجائے تیل کھائے جاتے ہیں تو دل کے دورے پڑنے لگے ہیں۔

بلڈ پریشر : جب خون کے دباؤ میں اضافہ ہوتا ہے تو نالیوں پر مسلسل زور پڑنے سے ان کی دیواریں کمزور ہو جاتی ہیں دل کے 40 فیصدی مریض پہلے سے بلڈ پریشر کا شکار پائے گئے۔

سیگریٹ نوشی : جوان آدمیوں میں سگریٹ پینے کی وجہ سے دل کا دورہ پڑنے کے امکانات بڑھ جاتے ہیں۔ حیرت کی بات یہ ہے کہ سگار اور پائپ پینے والوں کو اندیشہ بہت کم ہوتا ہے۔ ہندوستان اور عرب میں حقہ پینے کا رواج رہا ہے۔ ہم نے کسی حقہ پینے والے کو دل کا دورہ پڑتے نہیں دیکھا۔

موٹاپا : موٹے افراد کو دل کے دورہ کا امکان زیادہ ہے۔ لیکن تحقیقات سے موٹاپے اور دل کے دورہ کے درمیان کوئی تعلق ثابت نہیں ہوا۔ شاید ان کی غذا میں چکنائی زیادہ ہونے کی وجہ سے ان کو دورہ کا اندیشہ بڑھ جاتا ہے۔

ذیابیطس : شکر کے بیماروں کی خون کی نالیاں موٹی ہو جاتی ہیں۔ اس لئے ان میں دل کے دورے کے امکانات بڑھ جاتے ہیں۔

ذہنی ہیجان : دماغ پر بوجھ دل کو متاثر کرتا ہے۔ وہ لوگ جو ہر وقت افراتفری۔ وقت کی اہمیت۔ اصولوں کی پاسداری اور مقابلہ کے جذبہ سے سرشار ہوتے ہیں اس مصیبت کا زیادہ شکار ہوتے ہیں۔

ان کا خلاصہ کریں تو بسیار خوری۔ سگریٹ پینا۔ بلڈ پریشر اور ذیابیطس میں مبتلا ہونے والوں کو دل کے دورہ کا اندیشہ دوسروں سے زیادہ ہوتا ہے۔ یہ تمام امکانات ہیں۔ ایسے لوگوں کی کوئی کمی نہیں جو نہ موٹے تھے اور نہ آرام طلب۔ ان کو کوئی فکر نہ تھا۔ لیکن دل کا دورہ پڑا۔

امکانات کا خلاصہ

یورپ کے ایک دواساز ادارے نے دل کے علاج کے لئے اپنی ادویہ بیچنے کی غرض سے امریکہ کی لوما لنڈی یونیورسٹی کے مرتبہ ایک چارٹ کو شائع کیا ہے۔ جس میں ہر فرد کی عادتوں۔بلڈ پریشر اور خون میں کولیسٹرول کی مقدار کو سامنے رکھ کر ایک جائزہ مرتب کیا ہے۔

یہ ایک اچھا اور دلچسپ جائزہ ہے۔اس کو یقینی تو نہیں کہا جا سکتا لیکن ایک عام اوسط کے لحاظ سے یہ چارٹ مفید ہو سکتا ہے۔ جیسے کہ موٹاپے کے بڑھنے کے ساتھ ساتھ دورہ پڑنے کے امکانات میں اضافہ ہوتا ہے۔ آرام طلب زندگی گذارنے اور جسمانی مشقت نہ کرنے سے دورہ پڑنے کا اندیشہ بڑھ جاتا ہے۔ان پر توجہ دینے سے ہر شخص اپنی جسمانی ہیئت کو سنوار سکتا ہے۔ جیسے کہ اگر کوئی موٹا آدمی کم کھانے لگے اور پیدل چلے تو اس کو دو طرف سے فائدہ ہوگا۔

باب 20

دل کے دورہ کے امکانات

امریکہ کی لوما لنڈا یونیورسٹی میں دل کے دورہ کے امکانات کے تخمینے مقرر کیے ہیں۔ ان کو جمع کرنے سے بیماری کے اندیشہ کا پتہ لگایا جا سکتا ہے۔

عادات و خصائل کا جائزہ

دل کے دورہ کے اندیشہ کا تخمینہ

امریکہ کی لوما لنڈا یونیورسٹی میں دل کے دورہ کے امکانات کے تخمینہ لگانے کے لیے ایک چارٹ مرتبہ کیا ہے۔ جس میں ہر حالت اور عادت کے نمبر مقرر کیے ہیں۔ ان کو جمع کرنے سے بیماری کے اندیشہ کا پتہ لگایا جا سکتا ہے۔ یا ہر شخص اپنی عادات میں اصلاح کر کے امکانات کو کم کر سکتا ہے۔

عادات وخصائل کا جائزہ

خاندانی اثرات	1 گھر میں کسی کو بھی دل کا دورہ نہیں پڑا	2 خاندان میں صرف ایک فرد کو 60 سال کی عمر میں دل کا دورہ پڑا
جسمانی مشقت	1 کام کاج کے دوران مشقت اور تفریح	2 اوسط مشقت اور تفریح
عمر	1 10-20 سال کے درمیان	2 21-30 سال کے درمیان
وزن (پونڈوں میں)	0 اوسط وزن سے 5 پونڈ کم	1 اوسط وزن سے معمولی کم یا 5 پونڈ تک زیادتی
سگریٹ نوشی	0 سگریٹ نہیں پیتے	1 سگار یا پائپ پیتے ہیں سگریٹ نہیں
غذا میں چکنائیوں کا شوق	1 حیوانی ذریعہ سے حاصل ہونے والی چکنائیوں سے مکمل اجتناب	2 حیوانی ذرائع سے حاصل ہونے والی یا سخت چکنائی کی معمولی مقدار

3 60سال سے زائد عمر کے کم از کم دو افراد کو خاندان میں دل کا دورہ پڑا	4 60سال سے کم عمر کے کم از کم ایک فرد کو خاندان میں دل کا دورہ پڑا	6 60سال سے کم عمر کے کم از کم دو افراد کو دل کا دورہ پڑا
3 بیٹھ کر دفتری نوعیت کا کام۔ لیکن کافی تفریح	5 بیٹھے رہنا اور اوسط تفریح	6 دن بھر بیٹھے رہنا اور معمولی تفریح
3 31-40 سال کے درمیان	4 41-50 سال کے درمیان	6 51سال سے زیادہ
2 اوسط وزن سے 6-20 پونڈ زیادہ	4 اوسط وزن سے 21-35 پونڈ زیادہ	6 اوسط وزن سے 36-50 پونڈ زیادہ
2 روزانہ 10 سگریٹ یا اس سے کم	4 20 یا اس سے زیادہ سگریٹ روزانہ	6 روزانہ 30 یا ان سے زیادہ سگریٹ
3 حیوانی ذرائع سے حاصل ہونے والی چکنائیوں کی معمولی مقدار	4 مرغن غذائیں معمول سے زیادہ	5 جی بھر کے مرغن غذائیں اور دیسی گھی

اوسط خطرہ میں ہیں۔ 26-30 کو زیادہ خطرہ 31-35 نمبر والے شدید خطرہ میں ہیں۔ اگر کسی کا بلڈ پریشر (نیچے والا Diastolic) 90-110 کے درمیان ہو تو وہ 5 نمبر بڑھا لے۔ 111-130 کے پریشر پر 7 نمبر کا اضافہ، 130 سے زیادہ پریشر پر 12 نمبر بڑھائے جائیں۔ خون میں کولیسٹرول کی مقدار بھی اہمیت رکھتی ہے۔ معمولی اضافہ پر 7 نمبر۔

اس نقشہ میں ہر شخص اپنی عمر، وزن اور عادات کے خانوں کو دیکھ کر ان کے نمبروں کو جمع کر کے اپنے لیے دل کے دورہ کے امکانات کا تخمینہ لگا سکتا ہے۔ جن کے نمبروں کا مجموعہ 9-4 کے درمیان ہو ان کو دورہ کا معمولی امکان ہے۔ 20-16 نمبروں والے درمیانی مقدار بڑھنے سے 10 نمبر اور بہت زیادہ ہو تو 12 نمبر بڑھا لیے جائیں۔

ایک دلچسپ مثال اور تجزیہ

ہمارے ایک دوست کو دل کا دورہ پڑا۔ اس چارٹ کی روشنی میں ان کی عادات کا تجزیہ یوں رہا:
1-باقاعدہ کام کرتے ہیں۔ پیدل چلتے ہیں۔ لوگوں سے ملتے جلتے اور تفریح کرتے ہیں۔2-ان کے خونی رشتہ داروں میں سے کبھی کسی کو دل کا دورہ نہیں پڑا۔3-ان کی عمر 33 سال ہے۔4-ان کا وزن اوسط سے 5 پونڈ کم ہے۔5-وہ سگریٹ بالکل نہیں پیتے۔6-ہر قسم کی چکنائی سے نفرت ہے۔ صرف رمضان میں سحری کے وقت پراٹھا کھاتے ہیں۔7-ان کا بلڈ پریشر 75-110۔8-ان کے خون میں کولیسٹرول کی مقدار اوسط سے بھی کم ہے۔

چارٹ کے مطابق کل نمبر 7 ہوئے یونیورسٹی کے تجزیہ کے مطابق ان کے دورہ کا کوئی خاص امکان نہیں۔

علامات

آرام کی حالت میں دل کو 250cc خون فی منٹ کی ضرورت ہوتی ہے۔ جس سے وہ 25cc آکسیجن فی منٹ خرچ کرتا ہے۔ جبکہ ورزش کی صورت میں ان ضروریات میں 12-10 گنا اضافہ ہو جاتا ہے۔ نالیاں اگر درست ہوں تو دل کو اپنی ضرورت کے مطابق خون اور آکسیجن ملتے رہتے ہیں۔ اگر نالیاں تنگ ہو جائیں تو دل کو مصیبت پڑ جاتی ہے۔ دل کو ملنے والے خون اور آکسیجن میں کمی کے اسباب یہ ہیں۔

1۔ نالیوں کے اندر شحمی کلسیات (Atheroma) بننے سے ان کی وسعت میں کمی۔ آتے آتے وہ بالکل بند ہو سکتی ہیں۔

2۔ نالیوں میں لیپ آ جانے کے بعد اس کا کوئی ٹکڑا (Plaque) وہاں سے اکھڑ کر

آگے جاکر کسی نالی کو بند کردے۔ یہ Embolism ہے۔

3۔ دل کے والو پر اکثر امراض میں جماؤ آجاتا ہے۔ وہاں سے کوئی ذرہ اکھڑ کر شرائین اکلیلی میں سے کسی کو بند کر سکتا ہے۔

4۔ نالیوں کے اندر کلسیم یا چکنائی کے لیپ جم سکتے ہیں۔ جس سے ان کی وسعت کم ہو جاتی ہے اور دل کو بیماری میں مبتلا کر دیتی ہے۔

بیماری کی تمام علامات دل کو خون کی بہم رسانی کے کم ہونے یا بند ہو جانے سے پیدا ہوتی ہیں۔ ان کی شدت نالیوں میں بندش کی مناسبت سے ہوتی ہے۔ بیماری کی سب سے بڑی اور اذیت ناک علامت درد ہے۔

درد

دل کے دورہ کی سب سے اہم علامت درد ہے۔ یہ درد کبھی اتنا شدید ہوتا ہے کہ مریض تڑپنے لگتا ہے۔ ایک امریکن اخبار نویس نے اپنی کیفیت کو بیان کرتے ہوئے بتایا تھا۔

"ایسا معلوم ہوتا تھا کہ چھاتی کے اندر لوہے کا جلتا ہوا گولا رکھ دیا گیا ہے"

درد کا آغاز عام طور پر چھاتی کے وسط میں سامنے کی طرف سے ہوتا ہے۔ پھر یہ بائیں اور دائیں بازو میں بھی محسوس ہونے لگتا ہے۔ ایسا لگتا ہے کہ ہاتھ بھاری ہو گئے ہیں اور انگلیوں میں سوئیوں کی چبھن محسوس ہوتی ہے۔ یہاں سے درد گردن کے پیچھے کاندھوں کے درمیان بھی چلا جاتا ہے۔ حضرت سعد بن ابی وقاصؓ کا درد بھی دونوں کندھوں کے درمیان پیچھے کی طرف تھا۔

فوضع يده بين ثديي حتى وجدت بردها على فؤادي (ابوداؤد)

اور انہوں نے اپنا ہاتھ میرے کندھے کے درمیان رکھ دیا۔ پھر اس ہاتھ کی ٹھنڈک میرے درد کی جگہ میں پھیل گئی۔

درد کی شدت بیماری کی پہلی واضح علامت ہے اور یہ تکلیف گھنٹوں جاری رہ سکتی

ہے۔ چلنے پھرنے سے درد میں اضافہ ہوتا ہے۔

سانس لینے میں دشواری

مریض کو ٹھیک سے سانس نہیں آتا۔ سانس لینے میں دشواری پیش آتی ہے۔ کبھی کبھی اصل تکلیف صرف سانس میں تنگی کی صورت میں ظاہر ہوتی ہے۔

قے اور متلی

اکثر مریضوں کو شدید متلی ہوتی ہے۔ ہمارے ایک مریض کو صرف یہی ایک علامت محسوس ہوئی۔

صدمہ (Shock)

دل کو خون کی بھر سائی کی مدش صدمہ کی شدید کیفیت پیدا کر دیتی ہے۔ مریض کا جسم ٹھنڈا پڑ جاتا ہے۔ چہرا زرد یا نیلگوں ہو جاتا ہے۔ ٹھنڈے پسینے اتنی کثرت سے آتے ہیں کہ مریض کا بستر بھیگ جاتا ہے۔ بے قراری۔ گھبراہٹ۔ کمزوری۔ پریشانی اپنی انتہا تک چلے جاتے ہیں۔ مریض کو موت سامنے نظر آتی ہے وہ گھبراہٹ میں چیخنے چلانے لگ سکتا ہے اور کبھی شدت کرب سے بیہوش ہو جاتا ہے۔

پیٹ کی علامات

شدید گھبراہٹ اور بے قراری کے ساتھ پیٹ میں نفخ محسوس ہوتی ہے۔ وہ پھول جاتا ہے۔ وہ بھرا بھرا سا لگتا ہے۔ ایسے لگتا ہے کہ ہوا بند ہو گئی ہے۔ پھر ہچکی آنے لگتی ہے۔

اختلاج قلب کے ساتھ غنودگی اور دماغی عوارض شامل ہو سکتے ہیں۔ بلڈ پریشر میں دورہ کے دوران اضافہ ہو سکتا ہے۔ لیکن عام طور پر بعد میں کم ہو جاتا ہے۔ ایک عام آدمی کا اوسط پریشر 130\85 تھا۔ دورہ پڑنے کے بعد اوپر والا 115 اور نیچے والا 80 ہو گیا۔

مرض کی علامات میں دہشت۔ گھبراہٹ اور درد نمایاں ہوتے ہیں۔ اکثر اوقات

اللّٰہ علیہ وسلم فی الثوم فقال من اکل فلا یقر بن مسجدنا. (بخاری)

(عبدالعزیز نے انسؓ سے پوچھا کہ تم نے لہسن کے بارے میں نبی صلی اللہ علیہ وسلم سے کیا سنا۔ انہوں نے فرمایا کہ جو کوئی اسے کھائے ہماری مسجد کے قریب بھی نہ آئے)

یہی روایت عبداللہؓ بن عمر اور عبداللہ بن زیدؓ سے طیالسی نے بھی دی ہے۔ دوسری روایت حضرت ابوبکرؓ سے بھی ہے۔

ان جابر بن عبداللّٰہ زعم عن النبی صلی اللّٰہ علیہ وسلم قال من اکل ثوما او بصلا فلیعتزل او لیعتزل مصلانا. (بخاری)

(جابرؓ بن عبداللہ روایت کرتے ہیں کہ نبی صلی اللہ علیہ وسلم نے حکم دیا کہ جو کوئی لہسن یا پیاز کھائے وہ دور رہے یا فرمایا کہ ہماری مسجد میں نہ آئے)

عن ابی ایوب قال کان النبی صلی اللّٰہ علیہ وسلم اذا اتی بطعام اکل منہ وبعث بفضلہ اتی وانہ بعث الیّ یوما بقصعۃ لم یاکل منہا لان فیہا ثوما فسالتہ احرام ھو قال لا. ولٰکن اکرھہ من اجل ریحہ قال فانی اکرہ ماکرھت. (مسلم)

(ابوایوبؓ فرماتے ہیں کہ نبی صلی اللہ علیہ وسلم کی خدمت میں جب کوئی کھانا آتا وہ اس میں سے کھانے کے بعد بقیہ مجھے مرحمت فرما دیتے تھے۔ ایک روز ایک طشتری ایسی آئی جس میں سے انہوں نے کچھ نہ کھایا تھا۔ کیوں کہ اس میں لہسن تھا۔ میں نے پوچھا کہ کیا یہ

حرام ہے؟ فرمایا۔ نہیں! البتہ مجھے اس کی بو ناپسند ہے۔ جس چیز سے وہ نفرت کرتے تھے میں بھی کرتا ہوں)

عن جابر ان النبی صلی اللّٰہ علیہ وسلم قال من اکل ثوما او بصلا فلیعتز لنا اوقال فلیعتزل مسجدنا او لیقعد فی بیتہ وان النبی صلی اللّٰہ علیہ وسلم اتی بقدر فیہ خضرات من بقول فوجدلھا ریحا قربھا الٰی بعض اصحابہ وقال کل فانی انا جی من لا تناجی.

(بخاری، مسلم)

(جابرؓ بیان کرتے ہیں کہ نبی صلی اللہ علیہ وسلم نے فرمایا کہ جو لہسن یا پیاز کھائے ہمارے قریب نہ آئے یا فرمایا کہ ہماری مسجد میں نہ آئے یا اپنے گھر بیٹھے۔ نبی صلی اللہ علیہ وسلم کے پاس ایک ہنڈیا لائی گئی تھی جس میں کئی قسم کی سبزیاں پکی تھیں۔ اس میں سے بو محسوس کر کے فرمایا کہ اسے فلاں اصحاب کے پاس لے جاؤ وہ کھالیں۔ کیونکہ میں ایسے لوگوں سے سرگوشی کرتا ہوں جن سے تم نہیں کرتے)

حضرت ابی سعید الخدریؓ روایت فرماتے ہیں کہ نبی صلی اللہ علیہ وسلم نے فرمایا۔

نھی عن اکل البصل والکراث والثوم. (طیالسی)

(پیاز، لہسن اور گندنے سے منع فرمایا)۔

گندنا جنگلی لہسن کی اقسام میں سے ہے اس کی بھی ساق ہوتی ہے۔

اسی مسئلہ پر ابی سعیدؓ نبی صلی اللہ علیہ وسلم سے ایک تفصیلی روایت میں فرماتے ہیں:

من اکل من ھذہ الشجرۃ الخبیثۃ شیئا فلا یقربنا فی المسجد، یا ایھا الناس! انہ لیس فی تحریم ما احل اللّٰہ ولکنھا شجرۃ اکرہ ریحھا.

(جس نے اس خبیث پودے سے کچھ بھی کھایا ہماری مسجد میں نہ آئے۔ اے لوگو! میں کسی ایسی چیز کو جس کو اللہ نے حلال کیا حرام نہیں کرتا لیکن مجھے یہ درخت اور اس کی بدبو ناپسند ہے)

مسند احمد اور طبری نے اسے ابی ثعلبہؓ سے بھی روایت کیا ہے۔

جابرؓ بن عبداللہ روایت کرتے ہیں کہ رسول اللہ صلی اللہ علیہ وسلم نے فرمایا:

من اکل هذه الخضروات: البصل والثوم والکراث والفجل فلا یقربنا مسجدنا. (طیالسی)

(جس نے ان سبزیوں یعنی پیاز، لہسن اور کراث اور مولی کو کھایا وہ ہماری مسجد میں نہ آئے)

حضرت ثوبانؓ روایت کرتے ہیں کہ نبی صلی اللہ علیہ وسلم نے فرمایا:

من اکل من هذه البقعة المنکرة یعنی الثوم فلیجلس فی بیته. (النسائی)

(جو اس بیہودہ پودے یعنی لہسن کو کھائے۔ وہ اپنے گھر بیٹھا رہے)

حضرت ابی سعیدؓ لہسن کے بارے میں شرط نبی صلی اللہ علیہ وسلم کی زبان مبارک سے یوں بیان کرتے ہیں۔

کلوه، من اکله منکم فلا یقرب هذا المسجد حتی یذهب ریحه منه یعنی الثوم. (ابوداؤد، ابن حبان)۔

(تم اسے کھاتے ہو۔ تم میں سے جس نے اسے کھایا ہو وہ اس مسجد کے قریب نہ آئے حتیٰ کہ اس کے منہ سے اس لہسن کی بدبو چلی نہ جائے)

عن ام ایوب قالت صنعت للنبی صلی اللہ علیه وسلم طعام فیه بعض البقول. فلم یاکل وقال انی اکره ان

او ذی صاحبی. (ابن ماجۃ)

(ام ایوبؓ کہتی ہیں کہ میں نے نبی صلی اللہ علیہ وسلم کے لیے کھانا تیار کیا جس میں بعض سبزیاں (لہسن وغیرہ) تھے۔ انہوں نے وہ نہ کھایا اور فرمایا کہ میں پسند نہیں کرتا کہ میرے منہ سے بدبو آئے اور لوگ پریشان ہوں)

عن معدان بن ابی طلحة الیعمری ان عمر بن الخطاب قال یوم الجمعة خطیبا نحمد اللّٰہ واثنی علیه ثم قال. یا ایها الناس انکم تاکلون شجرتین لا اراهما الاخبیثتین. هٰذا الثوم وهٰذا البصل. ولقد کنت اری الرجل عهد رسول اللّٰہ صلی اللّٰہ علیه وسلم یوجد ریحه منه فیوخذ بیده حتی یخرج به الی البقیع فمن کان اکلهما لابد فلیمتهما طبخا. (ابن ماجۃ)

(معدان بن ابی طلحہ الیعمری بیان کرتے ہیں کہ ایک جمعہ والے دن حضرت عمر بن خطابؓ خطبہ دیتے منبر پر کھڑے ہوئے۔ اللہ تعالیٰ کی حمد وثنا کے بعد فرمایا "اے لوگو! تم ان دو سبزیوں کو کھاتے ہو جن کو میں ہر طرح سے خبیث قرار دیتا ہوں یعنی کہ یہ لہسن اور یہ پیاز۔ نبی صلی اللہ علیہ وسلم کے عہد میں اگر کوئی شخص ان کو کھاتا تھا اور اس کے منہ سے ان کی بو آ رہی ہوتی تھی تو اس کا ہاتھ پکڑ کر شہر کے باہر بقیع کی سمت نکال دیا جاتا تھا۔ اگر تم نے انہیں کھانا ہی ہو تو پکا کر کھاؤ کہ اس طرح ان کی بدبو کم ہو جائے)

عن جابر ان نفرا اتوا النبی صلی اللّٰہ علیه وسلم فوجد منهم ریح الکراث فقال الم اکن نهیتکم عن اکل هذه

الشجرة ان الملائكة تتاذی مما یتاذی منه الانسان.

(ابن ماجۃ)

(جابرؓ کہتے ہیں کہ نبی صلی اللہ علیہ وسلم کے یہاں کچھ لوگ آئے جن کے منہ سے کراث (گندنا کی بو آ رہی تھی۔ فرمایا کہ کیا میں نے تم لوگوں کو اس درخت کے کھانے سے منع نہیں کیا تھا؟ فرشتے بھی اس چیز سے پریشان ہوتے ہیں جس سے انسان ہوتے ہیں)

لہسن کی اجازت

حضرت علیؓ روایت کرتے ہیں کہ نبی صلی اللہ علیہ وسلم نے فرمایا:

کلوا الثوم و تداووا به فان فیه شفاء من سبعین داء.

(الدیلمی)

(لہسن کھاؤ اور اس سے علاج کرو۔ کیونکہ اس میں ستر بیماریوں سے شفا ہے)

حضرت علیؓ روایت فرماتے ہیں کہ نبی صلی اللہ علیہ وسلم نے فرمایا:

لولا ان الملک ینزل علی لا کلته یعنی الثوم.

(الخطیب)

(اگر میرے پاس فرشتے نہ آتے ہوں تو میں اسے یعنی لہسن کو کھا لیتا ہوں)

ابونعیم کی طب پر ایک تالیف مطبوعہ نول کشور لکھنو سے شائع ہوئی ہے جس میں اس نے متن کے بغیر ایک روایت بیان کی ہے کہ جس کے منہ سے لہسن، پیاز یا مولی کی بدبو آئے وہ درود شریف پڑھے تو بدبو جاتی رہے گی۔

محدثین کے مشاہدات

اس کے لگانے سے جلد پھٹ جاتی ہے اور اس پر پھوڑے نکل آتے ہیں اس کے لگانے سے سانپ اور بچھو کے زہر کے اثرات زائل ہو جاتے ہیں۔ ابن القیم نے کتا کاٹے کے لیے بھی اس کا لگانا مفید قرار دیا ہے جلد پر لگانے سے مقامی طور پر حدت محسوس ہوتی ہے۔ اسے کوٹ کر سرکہ، شہد اور نمک ملا کر پھوڑے پھنسیوں اور چھائیوں پر لگائیں تو فائدہ ہوتا ہے۔

لہسن کھانے سے سینہ کا درد دور ہوتا ہے۔ فالج میں فائدہ ہوسکتا ہے۔ پیٹ کے سدے نکالتا ہے۔ کھانا ہضم کرتا ہے۔ پیاس کم کرتا ہے۔ پیشاب آور ہے۔ جسم کو گرمی پہنچاتا ہے۔ حلق کی سرخی اور ورم دور کرتا ہے۔ سینے سے بلغم اور پیٹ سے کیڑے نکال دیتا ہے۔ اس کے مضر اثرات میں دماغ اور بصارت کو کمزور کرنا، صفرا میں اضافہ کرنا ہے۔ باہ کو کم کرتا ہے۔ سانس کی بدبو دور کرتا ہے۔ اگر اس کے ساتھ سداب کے پتے کھائے جائیں تو اس کی اپنی بدبو بھی کم ہو جاتی ہے۔ جوڑوں کے پرانے درد پھر سے شروع کرتا ہے اور بواسیر میں مضر ہے۔

اطباء قدیم کے مشاہدات

لہسن سرد ملکوں کے رہنے والوں کے لیے مفید ہے کیونکہ گرمی پیدا کرتا ہے۔ غلیظ اخلاط کو کاٹ دیتا ہے۔ خون کو پتلا کرتا ہے۔ زیادہ مقدار خون کو جلا کر سیاہ کر دیتی ہے۔ کھانے والے کے خون، پیشاب، پاخانہ اور پسینہ سے بھی لہسن کی بو آتی ہے۔ (یاد رہے کہ جنگ میں استعمال ہونے والی زہریلی گیسوں میں MUSTARD گیس کی بدبو بھی لہسن کی مانند ہوتی ہے) لہسن دمہ اور مرگی میں مفید ہے۔ تپ بلغمی، باد گولہ، بلغم، بواسیر اور جذام کو زائل کر دیتی ہے۔ اس کا معجون پتھری کو توڑتا ہے۔ اس کا معجون باہ کو قوت دیتا ہے۔ فالج، لقوہ، مرگی اور رعشہ میں مفید ہے۔ لہسن کو کچل کر اس کا ساڑھے سات تولہ پانی نکال کر اس

میں ہم وزن گھی اور پانچ تولہ گڑ اور تھوڑا سا آٹا ملا کر حریرہ پکایا جاتا ہے۔ پہلے لہسن کا خالص پانی پی کر اوپر سے حریرہ کھالیا جائے۔ تپ لرزہ کو آرام آ جائے گا۔ (ساڑھے سات تولہ لہسن کے پانی سے معدہ میں شدید جلن پیدا ہو جائے گی)

اگر اسے گھی میں بھون کر شہد ملا کر چٹائیں تو دمہ میں فائدہ ہوتا ہے۔

فالج کے لیے مریض کو پہلے روز ایک پوتھی، پھر دو، پھر تین اس طرح چالیس تک جاویں اور پھر روزانہ ایک کم کر لیں۔ فالج ٹھیک ہو جائے گا۔ بوعلی سینا نے لکھا ہے کہ لہسن کے جوشاندہ کے ساتھ حقنہ کرنے سے عرق النساء ٹھیک ہو جاتا ہے۔ اگر اس کے ساتھ خون اور صفرا کے دست آئیں تو بہتر ہے۔ اس کے استعمال سے بڑھا ہوا پیٹ کم ہو جاتا ہے۔ انجیر اور اخروٹ کے ساتھ ملا کر کھانے سے فوائد میں اضافہ ہوتا ہے۔ قولنج ریحی، بلغمی اور آنتوں کے درد کو مٹا دیتا ہے۔ اس کو کھانے سے دست بھی آ جاتے ہیں مگر ایسا ہونے سے پیٹ کے کیڑے نکل جاتے ہیں۔ بوڑھے آدمیوں میں پیشاب کی رکاوٹ دور ہوتی ہے۔

انجیر، سداب اور اخروٹ کے ساتھ لہسن اگر زہروں اور زہریلے کیڑوں حتیٰ کہ کتا کاٹے کے لیے بھی مفید ہے۔

وید اسے طبیعت کو خوش کرنے والا قرار دیتے ہیں۔ ہاضمہ اور عقل بڑھاتا ہے۔ صفرا اور خون میں اضافہ کرتا ہے۔ باؤ گولہ، تپ سرد، ورم اعضاء بواسیر اور جریان کے لیے مفید ہے۔ کھانے کے بعد متلی کو دور کرتا ہے۔ بادی کو مٹاتا ہے۔ لہسن کو نچوڑ کر یا بھبکے میں ڈال کر اس کا تیل نکالا جاتا ہے۔ جس کے خواص بالکل لہسن والے ہیں۔ گرم پانی میں لہسن کا عرق کھانسی میں مفید ہے۔ اس کا حلوہ تیار کر کے کھانے سے لقوہ دور ہو جاتا ہے۔

جنگلی لہسن

اس کی بو لہسن کی مانند ہوتی ہے۔ پتے اور ساق لمبی ہوتی ہے۔ پھول نیلے رنگ کا ہوتا ہے۔ پھول کے ارد گرد ستاروں کی مانند پتے جمع ہوتے ہیں۔ اس کی پوتھیاں زیادہ نہیں

ہوتیں۔ اس کا مزہ لہسن سے زیادہ تیز اور بو شدید ہوتی ہے اسے کراث البری، بھی کہتے ہیں۔ بعض اطباء نے اسے ''ثوم الحیہ'' بھی قرار دیا ہے۔ البتہ اسے 'حافظ الاجسادم' کا نام بھی دیا گیا ہے۔

اس کے فوائد بالکل لہسن والے ہیں بلکہ تیز ہونے کی وجہ سے سریع الاثر ہے۔

مقامی استعمال

لہسن کو جلا کر سرکہ اور شہد میں پیس کر لگانے سے پھوڑے پھنسیاں، برص، بالخورہ، گنج، چھیپ اور داد ٹھیک ہو جاتے ہیں۔

سرکہ اور شہد میں اس کا مرکب لگانے سے جوڑوں کا درد جاتا رہتا ہے۔ خالص لہسن کا عرق ملنے سے جوئیں مر جاتی ہیں۔ کمرے میں اس کی دھونی دینے سے بھڑ اور دوسرے ضرر رساں کیڑے بھاگ جاتے ہیں۔ جسم کے کسی حصہ میں ورم ہو تو لہسن کو سرکہ میں گھوٹ کر لگانے سے وہ تحلیل ہو جاتا ہے۔ دوسری صورت میں اسے دودھ میں پکا کر یہ دودھ پھوڑوں کو پکانے کے لیے لگائیں۔ اس کو گرم گرم چبانے سے دانت کا درد جاتا رہتا ہے۔ اس کو رائی کے تیل میں تل کر یہ تیل لگانا خشک کھجلی کے لیے مفید ہے۔ ایک پوتھی لہسن کو سوا تولہ تل کے تیل میں تل کر پھر رس نکال کر کان کے آس پاس لگانے سے بہرہ پن میں فائدہ ہوتا ہے۔ لہسن کی دھونی سے آدھے سر کا درد جاتا رہتا ہے۔

کیمیاوی ہیئت

لہسن کو کوٹ کر اگر اسے کشید کیا جائے تو اس سے ایک فرازی تیل نکلتا ہے جسے اس کا جزو عامل کہہ سکتے ہیں۔ اس کا رنگ کھلتا ہوا زیادہ براؤن ہوتا ہے۔ اور اس میں سے لہسن کی شدید بدبو آتی ہے۔ یہ تیل c.۱۵ پر ابالنے سے اڑ جاتا ہے اگر اسے درجاتی کشید کے عمل سے گزاریں تو مختلف مراحل پر اس سے چار قسم کے سیال حاصل ہوتے ہیں جن میں سے ایک کی خوشبو پیاز کی مانند ہوتی ہے۔

امریکی محقق کاوالیٹو نے 1944ء میں پیاز کو کوٹ کر اسی سے ایک جراثیم کش دوائی ALLACIN نام کی حاصل کی ہے۔ یہ دوائی خالص صورت میں جلد ضائع ہو جاتی ہے اس کا ۰۲ء فیصدی محلول زیادہ دیر تک موثر رہ سکتا ہے۔ جبکہ لہسن میں اس کی مقدار ۰۰۲ء فیصدی تک ہوسکتی ہے۔ بعد میں کیمیا دانوں نے ALLACIN کا نام ترک کر دیا کیونکہ اسی نام کا ایک اور مرکب علم کیمیا میں پہلے سے موجود اور مشہور تھا۔ اس کے بعد 1946ء میں وینکٹ رامن اور اس کے ساتھیوں نے اسے ہر قسم کے جراثیم کے خلاف موثر پایا۔ حتیٰ کہ تپ دق اور کوڑھ کے جراثیم بھی اس کی زد میں تھے اور یہ پھپھوندی پر بھی موثر تھا۔ یہ خون اور معدہ کے جوہر کی موجودگی میں بھی موثر رہ سکتا ہے۔ مگر آنتوں میں موجود لبلبہ کے جوہروں PANCREATAIC JUICE کی موجودگی میں بے کار ہو جاتا ہے۔ یہ جوہر دودھ کے پھاڑنے یا ہضم کرنے والے ہاضم جوہروں کے عمل میں رکاوٹ ڈالتا ہے۔ اس کے بعد پاکستانی کیمیا دان ڈاکٹر سلیم الزمان صدیقی نے 1947ء میں گندھک سے مرکب نباتاتی ذرائع سے حاصل ہونے والی جراثیم کش ادویہ پر تحقیق کر رہے تھے۔ انہوں نے لہسن پر پھر سے توجہ دی اور دیکھا کہ اسے چھ گھنٹہ تک ایتھر میں بھگونے سے اس میں سے ۴.۰ فیصدی کی مقدار میں ایک جراثیم کش عنصر خارج ہوتا ہے۔ اس کی دو قسمیں دیکھی گئیں ایک وہ جو کلوروفارم میں حل پذیر تھا اور دوسرا غیر حل پذیر ہے۔ ان کو ALLISATIN-ALLISATIN-1 کے نام دیئے گئے۔ پہلا پیپ پیدا کرنے والے STAPHYLOCOCCUS کی اقسام کے خلاف موثر پایا گیا۔ دوسرا صرف STREPTOCOCCUS کے خلاف مفید رہا۔ ان دو کے علاوہ ایک دانہ دار مرکب بھی برآمد ہوا جو الکحل میں حل پذیر نہ پایا گیا۔

کاوالیٹو نے ان جراثیم عناصر کا تقابلی مطالعہ کیا تو معلوم ہوا کہ ان کی استعداد پنسلین کی صلاحیت کے سواں حصہ یا ایک فیصدی سے کم ہے۔ انہوں نے مشاہدہ کیا کہ کلوروفارم میں حل ہو جانے والا حصہ مینڈک کے دل کے لیے مقوی ہے۔ جبکہ بلی کے بلڈ پریشر میں اضافہ کرتا ہے اور خرگوش کی انتڑیوں میں فالج پیدا کرتا ہے۔ کلوروفارم میں حل نہ ہونے

والے حصہ میں نہ تو جراثیم کش اثرات تھے اور نہ ہی اس نے مینڈک کے دل پر کوئی اثر ڈالا نہ بلی کے دل کو متاثر کیا اور نہ ہی خرگوش کی آنتیں مفلوج ہوئیں۔ ان مشاہدات سے یہ ثابت ہوا کہ دل پر اس کے مفید اثرات والی بات محض خوش فہمی ہے۔ حقیقت نہیں۔

پاکستان کونسل برائے سائنسی تحقیقات لاہور کے ڈائریکٹر ڈاکٹر فرخ حسین شاہ نے اس تالیف کے لیے خصوصی طور پر لہسن کے ترکیبی اجزاء تلاش کر کے رپورٹ مرتب کی ہے۔ ان کی تحقیقات کے مطابق ایک سو گرام لہسن کے کیمیاوی اجزاء کا تناسب یوں ہے۔

	پانی	لحمیات	نشاستہ	کیلشیم	فاسفورس فولاد
لہسن کی پوتھی	۶۳٫۱	۵٫۱	۳۰٫۳	۲۳	۱۴۶، ۱٫۷
لہسن کے پتے	۹۱٫۱	۱٫۹	۵٫۳	۱۲۰	۵۳ ۱٫۱

سوڈیم	پوٹاسیم	میگنیشیم	حیاتین ب پ	وٹامن سی
۲۷	۴۹۴	۳۳	۰٫۵٫۳۲	۷٫۰
۱۴	۵۸۷	x	۰٫۴٫۹	۴۲٫۰

اطباء جدید کے مشاہدات

اس کے زیادہ تر اثرات اس تیل کی وجہ سے ہوتے ہیں جو اس میں پایا جاتا ہے۔ اس کی خوراک نصف سے دو قطرے ہے۔ یہ تیل زبردست جراثیم کش ہے۔ کاربالک ایسڈ سے دوگنی صلاحیت کا مالک ہے۔ اس کو کھانے سے منہ سے ناگوار بو آتی ہے۔ جس کو کم کرنے کے لیے جرمنی کی فرم ڈاکٹر میڈ اس نے ALIOCAP نام کے کیپسول بنائے ہیں۔ چونکہ ان میں ذائقہ اور بو نہیں اس لیے آسانی سے کھائے جا سکتے ہیں۔ سوئٹزرلینڈ کی فرم سینڈوز نے لہسن کے جوہر کے ساتھ پسا ہوا کوئلہ ملا کر تبخیر معدہ کے لیے ALLISATIN نامی گولیاں بنائی ہیں جبکہ ہمارے ملک میں LASONA فروخت ہوتی ہے۔

پاکستان کونسل برائے سائنسی تحقیق کے ڈاکٹر فرخ حسین شاہ نے لہسن کا جوہر دانے

دار صورت میں تیار کیا جس میں بدبو کم ہے۔ اسے مصالحہ بنانے والی پاکستانی کمپنیاں اب ''لہسن پوڈر'' کے نام سے بازار میں فروخت کر رہی ہیں۔

اندرونی طور پر اس کا سفوف، جوہر، یا تیل بدہضمی، باؤ گولہ، جھوک کی کمی میں مفید ہیں آنتوں کے جراثیم اور کیڑے مار دیتے ہیں۔ انہی تکالیف کے لیے لہسن کا مرہم بنا کر پیٹ کی جلد پر مالش کی جاتی ہے۔

یہ دمہ اور پرانی کھانسی میں مفید ہے۔ 1916ء میں ماہرین نے اسے تپ محرقہ سے بچانے والا قرار دیا۔ پھر اسے تپ محرقہ کے علاج میں یوں تجویز کیا گیا کہ لہسن کے عرق کا ایک چھوٹا چمچہ گائے کے گوشت کی یخنی کی ایک پیالی میں ڈال کر اس میں کوئی شربت ملا کر میٹھا کر لیا جائے۔ یہ پیالہ ہر چھ گھنٹے کے بعد دیا جائے بارہ سال سے کم عمر بچوں کے لیے نصف چمچ کافی ہے۔

خناق میں لہسن کی پوتھیاں بار بار چٹانا مفید ہے۔ چونکہ اس بیماری میں حس ذائقہ نہیں ہوتی اس لیے مریض آسانی سے قبول کر لیتا ہے۔ 1818ء میں کراس مین نے دعویٰ کیا کہ لہسن نمونیہ کے لیے مفید ہے۔ اس نے مطبوعہ مقالہ میں بیان کیا ہے کہ اس کے ہر مریض کو پانچ روز کے اندر فائدہ ہوا۔ اس نے لہسن کی ٹنکچر، استعمال کی اور سانس کی دوسری بیماریوں میں بھی افادیت کا اظہار کیا ہے۔

دق اور سل کے علاج میں لہسن کو شہرت رہی ہے۔ اس کا عرق تکلیف دہ کھانسی کو ختم کر دیتا ہے۔ بھوک بڑھ جاتی ہے۔ اور بعض مریضوں میں رات کو پسینے آنے بھی بند ہو جاتے ہیں۔ ان باتوں سے مریض کا وزن بڑھتا اور بھوک میں اضافہ ہوتا ہے۔ اس کے لیے نصف سے پورا چمچہ دن میں تین سے چار مرتبہ دیا گیا۔

ہمبرگ (جرمنی) کی ایک دوا ساز کمپنی نے لہسن میں کیمیاوی عناصر شامل کیے بغیر لہسن کے تیل کے کیپسول تیار کیے ہیں۔ ان کا دعویٰ ہے کہ یہ خون کو پتلا کرتے ہیں۔ ہاضمہ کو درست کرتے ہیں۔ خون کی نالیوں کی وسعت کو بڑھاتے، دمہ، کھانسی، گنٹھیا میں مفید

ہیں۔

لہسن کے عرق میں نمک ملا کر اعصابی امراض، مثلاً سر درد، ہسٹریا میں مفید بتایا گیا ہے۔اس کا تیل باری کے بخار (ملیریا) میں مفید پایا گیا ہے۔اس کو پانی اور کھانڈ میں پکا کر شربت بنا کر گنٹھیا اور جوڑوں کے دردوں میں دیا جاتا ہے۔اسے پینے سے سردی لگنی بند ہو جاتی ہے۔

خارجی استعمال

داد کے زخموں پر لہسن کوٹ کر ملنے سے وہ ٹھیک ہو جاتے ہیں۔اسی ملغوبہ کو ہسٹریا کے مریض کو سنگھایا جائے تو بیہوشی ٹھیک ہو جاتی ہے۔ ناریل یا سرسوں کے تیل میں ادرک کو جلائیں۔ پھر یہ تیل ایسے زخموں پر لگایا جائے جن میں کیڑے پڑے ہوں یا بدبو آتی ہو۔ یہ تیل کھجلی میں بھی مفید ہے۔ پٹھوں کی اکڑن چوٹ اور درد میں اسی تیل میں نمک ملا کر لگانا مفید ہے۔اس کی جگہ ندکارنی اور چوپڑا SUCCUS ALLII تجویز کرتے ہیں جس کی ترکیب یہ ہے کہ لہسن کا پانی نکال کر اسے چار گنا آب مقطر میں حل کر لیا جائے۔ یہ لوشن زخموں سے بہنے والی پیپ کو بھی بند کرتا ہے اور انہیں بھرنے میں مددگار ہوتا ہے۔تلی کے تیل یا سرسوں کے تیل میں لہسن کے دو ایک جوئے جلا کر تیل کان میں ڈالنا کان کے درد میں مفید ہے اس کا جوہرا اگر کان کے آس پاس روزانہ ملا جائے تو بہرا پن کو دور کرتا ہے۔لہسن کا خالص عرق حلق کا کوا ابر ابڑھ جانے پر لگانے سے اس کی سوزش کم ہو جاتی ہے۔

ویدک طب کی جدید تحقیقات میں ۱۲ تولہ لہسن پھر، ہینگ، زیرہ سیاہ نمک لاہوری، نمک سانبھر، سونٹھ، مرچ سرخ، مرچ سیاہ میں سے ہر ایک ڈیڑھ ماشہ لے کر ان سب کو پیس لیا جائے۔ اس سفوف کے بیس گرین روزانہ صبح کھانے سے لقوہ، فالج، عرق النساء، ادھرنگ کو فائدہ ہوتا ہے۔اسی قسم کا ایک اور نسخہ "سوپر سونا" کے نام سے مروج ہوا ہے جس میں ۳۲ تولہ ادرک کو چار سیر پانی اور چار سیر دودھ میں اتنی دیر پکایا جائے کہ وہ نصف رہ

جائے۔ پھر اسے چھان کر رکھ لیں۔ اس کا ایک چمچ روزانہ صبح دل کی کمزوری، پیٹ میں نفخ، وجع المفاصل اور ہسٹریا میں مفید ہے۔

حیوانات میں لہسن کا استعمال

برطانوی ڈاکٹر ملٹن ڈیو ہرسٹ نے لہسن کو جانوروں اور خاص طور پر کتوں کے اجسام سے کیڑے لگانے میں مفید بتایا۔ اس کے نسخہ کے مطابق لہسن کے تازہ عرق کے ایک اونس میں تیس اونس پانی ملا کر دینا ایک چھوٹے اور عام جسامت کے کتے کے لیے کافی ہوتا ہے۔ اس مرکب کو اگر کسی خوردنی تیل میں ملا کر دیا جائے تو زیادہ مفید ہوتا ہے۔ ڈاکٹر ملٹن کا مشاہدہ ہے کہ لہسن کا عرق ہر مرتبہ تازہ نکالا جائے۔ پرانا عرق بیکار ہوتا ہے۔

لہسن کے بارے میں خصوصی احتیاط

بھارتی ماہرین کا کہنا ہے کہ لہسن کے مرکبات ایسے اداروں کے بنے ہوئے خریدے جائیں جن کی شہرت اچھی ہو۔ کیونکہ السی کے ایسنس کی خوشبو لہسن کی طرح کی ہوتی ہے۔ اس کی قیمت لہسن کے تیل سے بیس گنا کم ہے۔ اس کی ملاوٹ عام ہوتی ہے۔ اور یہ ایسنس خطرناک ہے کیونکہ اس میں سایانائیڈ زہر ہوتے ہیں۔

لہسن کی حقیقت

احادیث سے یہ بات ثابت ہے کہ نبی صلی اللہ علیہ وسلم کو لہسن ناپسند تھا۔ امت کے لیے انہوں نے شرط لگائی کہ کچا نہ کھایا جائے۔ عام لوگ ہنڈیا میں پکا ہوا لہسن کھا سکتے ہیں۔ حضرت ام ایوبؓ بیان کرتی ہیں کہ انہوں نے لہسن میں پکا ہوا سالن کھانا بھی پسند نہ فرمایا۔ اس عمل مبارک کے بعد لہسن کے استعمال کی کوئی گنجائش نہیں رہتی۔ جس چیز کو سرکار دو عالم صلی اللہ علیہ وسلم نے پسند نہ فرمایا کسی فائدہ کا باعث نہ ہوگی۔

لہسن کوئی نئی چیز نہیں لوگ اسے چھ ہزار سال سے جانتے ہیں۔ اتنی لمبی واقفیت کسی

یقینی فائدے کا باعث نہیں ہو سکی۔ آج کل مشہور ہے کہ لہسن کھانے سے خون میں کولسٹرول کم ہو جاتی ہے۔ یہ بلڈ پریشر کو کم کرتا ہے۔ برصغیر ہند کے اکثر و بیشتر گھرانوں میں لہسن بڑی باقاعدگی سے سالن میں ڈالا جاتا ہے۔ وہ لوگ جو سالوں سے لہسن کھا رہے ہیں ان میں سے ہزاروں ایسے ہیں جن کو بلڈ پریشر ہوا۔ خون میں کولیسٹرول بڑھی اور دل کے دورے پڑے۔ اگر لہسن اس باب میں مفید ہوتا تو یہ لوگ بیمار نہ ہوتے۔ نبی صلی اللہ علیہ وسلم نے فرمایا کہ علی الصبح شہد پینے والے کو کوئی بڑی بیماری نہیں ہوتی۔ اس بات پر اطباء نے اسے ''حافظ الامین'' کا لقب دیا کیونکہ وہ بیماریوں سے بچاتا ہے۔ ایسی کوئی صفت کسی بھی ذریعہ سے لہسن کے بارے میں معلوم نہیں ہوئی۔ 1916ء اور 1918ء میں ماہرین نے اسے تپ محرقہ اور خناق میں استعمال کیا اور بڑے اچھے نتائج بیان کیے مگر ستر سال گزر جانے کے باوجود پھر کسی نے ان مشاہدات کو قابل عمل نہ قرار دیا۔

1945ء میں لوگوں نے لہسن سے ALLISATIN نکال کر اسے جراثیم کش قرار دیا۔ مگر ۳۲ سال میں یہ دوائی بازار میں بکنے نہ آ سکی۔

بھارتی ماہرین کا خیال ہے کہ بلڈ پریشر کے لیے لہسن کو پکا کر کھایا جائے۔ جرمن کہتے ہیں کہ کھائیں تو کچا مگر زیادہ چبایا جائے۔ جو یا روٹی کے لقمہ میں رکھ کر نگل لیا جائے۔ اب کراچی یونیورسٹی کی علم الادویہ کی پروفیسر زبیدہ قریشی نے اثرات کا مشاہدہ کر کے بتایا ہے کہ اس کے کاغذ کی مانند باریک قتلے بنا کر انہیں چبائے بغیر نگل لیا جائے۔ علم الغذا کے ایک ماہر سے پوچھا گیا کہ کیا ان کے خیال میں لہسن مفید ہے۔ فرمانے لگے میں دل کا مریض بھی ہوں۔ ایک دفعہ نہار منہ لہسن کھانے کی بیوقوفی کی تو کئی دن اس کی جلن نہ گئی۔

احادیث میں مذکور ہے کہ لہسن میں فوائد بھی ہیں۔ چونکہ اسے نبی صلی اللہ علیہ وسلم نے ناپسند فرمایا اس لیے یہ کبھی بھی تریاق نہ ہوگا۔ شراب میں فوائد بھی ہیں اور بیسویں صدی تک یہ متعدد بیماریوں میں بطور دوا مستعمل رہی ہے۔ مگر آہستہ آہستہ اس کا استعمال متروک ہو گیا۔ کئی بیماریوں میں زخموں کو آگ سے داغا جاتا تھا۔ چونکہ نبی صلی اللہ علیہ وسلم نے اسے

ناپسند فرمایا تھا آہستہ آہستہ لوگ بھی اس کی افادیت کے منکر ہو گئے کچھ عرصہ پہلے آگ سے گرم کیئے ایسے چاقو ایجاد ہوئے تھے جن سے اپریشن کرنا بڑا آسان تھا مگر انہیں مقبولیت میسر نہ آسکی۔

ہومیو پیتھک طریقہ علاج

لہسن کا براہِ راست اثر انتڑیوں کی جھلیوں پر ہوتا ہے۔ جس سے ان میں خیزش پیدا ہوتی ہے اور ان کی حرکات میں اضافہ ہو جاتا ہے۔ خون کی نالیوں میں وسعت پیدا ہوتی ہے جس کی وجہ سے بلڈ پریشر میں کمی ہو جاتی ہے۔ یہ عمل مدر ٹنکچر دینے کے تیس سے پینتالیس منٹ بعد شروع ہو جاتا ہے۔

لہسن کی ہومیو پیتھک شکل ان لوگوں میں زیادہ مفید ہے جن کو چکنائیاں کھانے سے بدہضمی پیدا ہوتی ہو۔ جگر اونچا ہو۔ بسیار خوری کا شوق ہو اور کولھے کے جوڑ اور رانوں کے اندر کی طرف درد ہوتا ہو۔

تپ دق کی اس صورت میں جب بلغم زیادہ ہو۔ تھوک میں خون آتا ہو بخار ہوتا ہو اور جسم میں کمزوری ہو لہسن کے قطرے دینا مفید ہوتا ہے۔

منہ میں تھوک زیادہ آئے۔ گلے میں یوں محسوس ہو جیسے کہ بال پھنس گیا ہے۔ زبان کھردری اور زرد ہو طبیعت بار بار کھانے کو چاہے تو لہسن دینا چاہیے۔

دل کی اس کیفیت میں جب بوجھ محسوس ہوتا ہے۔ اور سانس میں سیٹیاں بجنے کی آواز محسوس ہو۔ چھاتی میں درد، صبح اٹھ کر شدید کھانسی اور بلغم نکلنے میں مشکل پیش آئے تو یہ علامات لہسن کے استعمال کی ہیں۔

عورتوں میں رانوں کے درمیان جلن اور خارش محسوس ہو جو کہ ایام کے بعد بڑھ جائے اور چھاتیوں میں ورم، بوجھ اور درد ہو تو لہسن دینے سے فائدہ ہوتا ہے۔

-☆-

مرمکی --- مر

MYRRH

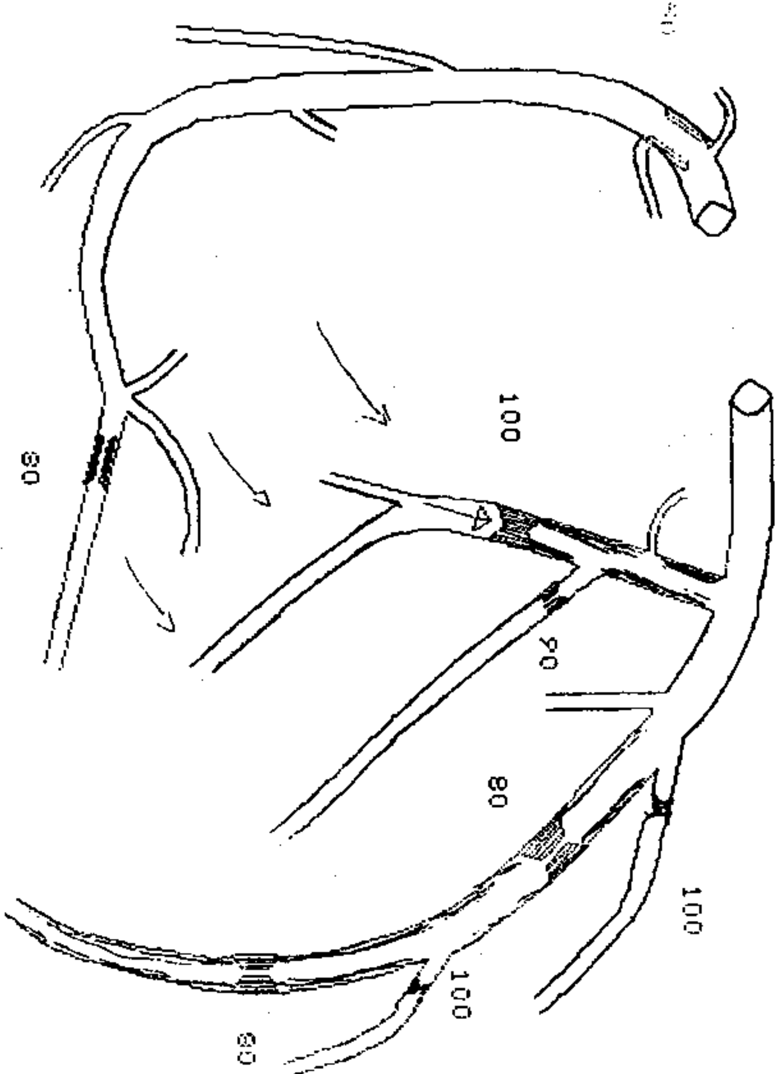
BALSAMODENDRON MYRRHA

یہ ایک قدیم اور مشہور پودا ہے جس کا ذکر اکثر مذہبی کتابوں میں بار بار آیا ہے۔ زمانہ قدیم میں اسے سونے کی طرح قیمتی اور برکت والا جانتے تھے۔ جب لوگوں کو حضرت عیسیٰ علیہ السلام کی پیدائش کا معلوم ہوا تو انجیل مقدس کے مطابق بچے کو جو تحائف پیش کیے گئے۔ وہ مر، لوبان اور سونا تھے۔ اس درخت کی وجہ شہرت گوند ہے جو اس کے تنے میں سے شگاف دے کر نکالا جاتا ہے۔ یہ گوند مُر ہے۔ جبکہ بھارتی زبانوں میں یہ بول، بولم، بولا، ہیرابول، پولم وغیرہ کے ناموں سے مشہور ہے۔ سنسکرت میں یہ "گرس گندھا" ہے۔ اس کا درخت جنوبی عرب، شمال مشرقی افریقہ، ایتھوپیا، ایران اور تھائی لینڈ میں پایا جاتا ہے۔ بھارتی بازاروں میں اس کی دو درآمدہ قسمیں کرم اور موتیا زیادہ مشہور ہیں۔ ورنہ بازار میں ملنے والی مُر عام طور پر خالص نہیں ہوتی۔ قیمت زیادہ ہونے کی وجہ سے اس میں ملاوٹ عام ہے بہترین قسم وہ قرار دی جاتی ہے جو عرب یا مکہ سے آتی ہے اور اسی مناسبت سے سناءمکی کی طرح اس کا نام بھی مرمکی مشہور ہو گیا۔

اپنے فوائد کی اہمیت کے اعتبار سے یہ برٹش فارما کوپیا کی تسلیم کردہ معالجات کی فہرست میں شامل ہے۔ وہاں پر اس کا مسلمہ نباتاتی نام COMMIPHORA MYRRH قرار دیا گیا ہے۔ بعض ماہرین اسے مُر کی بجائے MOL MOL کہنا زیادہ پسند کرتے ہیں۔

اس مریض کی دو شریانیں سد پائی گئیں۔ اگلے صفحہ پر ان کے کھولنے کی کوشش مذکور ہے۔ یہ ایک اور مریض کی کاروزی شریانوں کا نقشہ ہے۔ انجیو گرافی پر نالیوں میں جہاں جہاں رکاوٹ پائی گئی اسے خاکہ کی صورت میں بیان کیا گیا ہے۔

اس نقشہ میں مریض کے شریانوں میں کئی مقامات پر موٹائی 4-5 جگہوں پر



رکاوٹ پائی گئی۔

جب نالیوں میں رکاوٹ کا مقام متعین ہو جائے تو ان کی انجیو پلاسٹی کی جا سکتی ہے۔ جس سے رکاوٹ دور ہو جاتی ہے۔ ذیل میں ایک مریض کی رپورٹ ہے جس کے پچھلے صفحہ پر انجیو گاریف میں 2 نالیاں سد پائی گئیں۔

ANGIOPLASTY OF LEFT ANTERIOR DESCENDING ARTERY (LAD) AND CICUMFLEX

Equipment: FL4 8F guiding catheter. Three, Stabilizaer (J&&J), and Hi-Per-Flex & ACS Extra Supoort 0.014 guide vires. PTCA Balloons used were Comet 3.0x 20mm, 3.5x20mm and Over the wib 1.5x20mm.

Scout Film. (1) There is subtotal occlision of the LAD at the origin of large first septal perforator. The second diagotal is an equally large vessel having 90% proximal stenosis.

(2) The proximal part of 1st obtuse marginal branch has 80% stenosis.

Procedure: The lesion was wired with successfully with ACS Extra Support guide wire. First inflation was given with 1.5x20mm PTCA balloon at high pressure. The second inflation was given with 2.0x20mm MRS balloon. Check injection showed moderate amount of residual stenosis. After this 3.0x30mm ACS Comet balloon was used by giving multiple medium high pressure infaltions. The atheromatous lesion was calcified and tendency of re-coil was there. The check injection still showed mild to moderate amount of residual Stenosis. At the end ECG 3.5x30mm PTCA balloon was used. Three high pressure infations were given for five minutes each. During the procedure patient felt mild to moderate amount of check compression and pain. The systemic astrial pressure and ECG remain normal. The last check injection showed restoration of normal lumen of the

vessel except mild residual lesion.

CONCLUSION: Successful PTCA of left anterior descending artery.

اس رپورٹ کے مطابق مریض کی نالیوں میں انجماد تھا۔ جسے دور کرنے کی دو کوششیں کی گئیں۔ پھر تیسری کوشش پر ہوا کے دباؤ کے ذریعے نالیاں کھول دی گئیں۔ آخری مشاہدہ کے مطابق کارونری شریانوں میں ان کی قدرتی وسعت واپس آگئی تھی۔ یعنی مرض جاتا رہا۔

یہ صاحب وہاں سے تندرست ہونے کے بعد کافی عرصہ سے صاحب فراش ہیں اور آج کل ہمارے زیر علاج ہیں۔

(ان رپوٹوں میں ادارہ کا نام اور تاریخ جان بوجھ کر نکال دی گئی ہے۔ کیونکہ ہمارا مقصد کسی کی اہانت نہیں۔ صرف بات واضح کرنا تھا)

دل کی نالیوں کی تبدیلی کا آپریشن

Coronary Bye Pass Surgery

جب نالیوں میں رکاوٹ کا مسئلہ پیدا ہو جائے اور دوائیں مددگار نہ ہوں تو ایسے میں مریض کو آپریشن کا مشورہ دیا جاتا ہے۔

ARMED FORCES INSTITUTE OF CARDIOLOGY

&

NATIONAL INSTITUTE OF HEART DISEASES

RAWALPINDI

Maj Gen. Muhammad Yousaf. HI(M)
MBBS (pb), MRCP (UK), FRCP (Edin)
Commandat Executive Director

Date 25-9-95 (1400)
Wt : 69Kg
Ht : 162 cm

MEDICAL REPORT

Name Mr/Mrs./Miss XYZ Age 52 years

No. PSS-11290 Rank Unit

Referred by: Brig M M H Nuri

Compalaints: History This 50 years old gentlemen is an old patient of effort angina CCS -II for the last 05 years. Pain chest radiates to lt arm and is relieved with angised S/L. He had his coronary angio done in March 91 which revealed single vessel disease (RCA). presently there is post-prandial pain. Known diabetic and On exam a middle aged obese gentleman.

Chest : clinically clear. Systemic exam - NAD.

H.S : S1+S2+O. No murmur/ added sound.

ECG : Normal ECG at rest.

ETT : Positive for ischaemia and chest pain.

Treatment : **Tab Calan 80mg TDS.** Tab **Isordil 10mg 1 TDS. Tab Disprin 300mg 1/4 OD, Tab Daonil 2+1.**

Catheter Procedure:

Through right femoral artery seldinger needle **pigtail no. 8 passed** to aorta and LV after injecting heparin. LV & aortic pressures recorded:-

AO	160/80	mean 110
LV	170/16	
LVEDP	16	Pre-angio
	16	Post-angio

Lt & Rt coronary angios done with judkins coronary catheters no. 8/4.

Angiocardiogram Report:

L.C.A : Normal mainstem.

Calcification seen in early LAD with critical 80-90% stenosis after 1st septal perforator.

Cx shows 50-60% stenosis in early course.

R.C.A : Calcification seen in its mid course with 30-40% early disease with subtotal disease before PDA branch. Dominant vessel.

L.V.Cine : Normal sized LV with distal anteroapical hypokinesia. Ejection fraction is moderate. No MR.

Diagnosis : Severe Triple Vessel Coronary Artery Disease Moderate LV Function.

Advised : CABG Surgery

Capt
(Javaid Iqbal)

اس مریض کو انجیو گرافی کے بعد یہ مشورہ دیا گیا کہ وہ دل کا آپریشن کروالے کیونکہ شریانوں میں وسیع پیانے پر موٹائی آچکی ہے۔ اور نالیوں کا تندرست ہو جانا ممکن نہیں رہا۔ اس کے ساتھ بائیں بطن کی افادیت بھی متاثر ہے۔ آپریشن کی صورت یہ ہوتی ہے کہ

ہو گئی ہے۔ کہتے ہیں کہ اب دو والو بھی خراب ہو گئے ہیں۔

3۔ کالج میں پروفیسر ہیں۔ پہلے بلڈ پریشر تھا۔ پھر دل کا دورہ پڑا۔ امریکہ سے آپریشن کروایا۔ بلڈ پریشر اب بھی ہے۔ دوائی باقاعدگی سے جاری ہے۔ طبیعت ہمیشہ مضمحل رہتی ہے۔

چھاتی کو کھول کر دل کی جگہ دھڑکنے اور سانس دلانے والی مشین (Heart Lung ma-chine) لگا دی جاتی ہے۔ پھر ٹانگ ہی سے ایک لمبی ورید نکال کر اس کو دل کی متاثرہ نالیوں کی جگہ لگا کر نالیوں کی ایک قسم کی پلاسٹک سرجری کی جاتی ہے۔

آپریشن کا مطلب یہ ہے کہ تنگ اور بند نالیاں نکال کر ان کی جگہ ایک نئی نالی لگا دی جائے۔ اصولی طور پر نئی نالی لگنے کے بعد تمام مسائل حل ہو جانے چاہئیں۔ لیکن ایسا ہوتا نہیں۔ ہم چار ایسے مریضوں سے ذاتی طور پر واقف ہیں جن کے یہ آپریشن ہوئے۔ آپریشن امریکہ میں ہوئے۔

1۔ دبلا جسم۔ صحت مند۔ پھرتیلے۔ سرکاری افسر۔ صحت کے بارے میں پوری طرح محتاط۔ دل کا دورہ پڑا۔ کچھ دن ہسپتال میں رہے۔ پھر امریکہ سے دل کا آپریشن کروایا۔ 13 سال بڑے خوشگوار گذرے۔ پھر سے تکلیف شروع ہو گئی۔ پھر امریکہ گئے۔ دوبارہ آپریشن ہوا۔ دل کی کمزوری کی وجہ سے گردے متاثر ہیں۔

2۔ دل کے دورہ کے بعد لندن کے ہمر سمتھ ہسپتال میں آپریشن ہوا۔ آٹھ سال سے مختلف دواؤں کے سہارے معتدل زندگی گذار رہے تھے۔ پھر سے تکلیف شروع

4۔ کاروباری آدمی ہیں۔ شکر آتی تھی اور اب بھی اسی طرح موجود ہے۔ آپریشن کے بعد خوش و خرم ہیں۔ روزمرہ کی زندگی اطمینان سے گذرتی ہے۔

امریکہ کے ایک ہسپتال نے لاہور کی ایک میڈیکل نمائش میں اپنا سٹال لگایا تھا۔ ان کا مقصد یہ تھا کہ دل کا آپریشن کروانے والوں کو آمادہ کیا جائے اس کیلئے بڑی محنت کی۔

پہلے یہ آپریشن پاکستان میں ڈاکٹر افتخار راٹھور اور ڈاکٹر عبدالغفار جتوئی نے کراچی میں شروع کیے۔ پھر افواج پاکستان کے ادارہ امراض قلب راولپنڈی اور اب لاہور میں بھی ہوتے ہیں۔ میرا خیال ہے کہ پاکستانی ڈاکٹروں کے آپریشن امریکہ سے زیادہ کامیاب ہیں۔ فرق صرف سہولیات کا ہے۔ سنا گیا ہے کہ انگلستان میں یہ آپریشن 5-4 لاکھ روپے میں تکمیل پاتا ہے۔ امریکہ میں اس کا دوگنا خرچ اور پاکستان میں اس سے آدھا ہے۔

میرے ایک ہمسائے نے پچھلے سال کراچی سے آپریشن کروایا۔ پرائیویٹ کمرے میں رہ کر تمام اخراجات دولاکھ سے کم رہے۔

بائی پاس اور دل کے

والوز کے اپریشن

کے متعلق سوال جواب، ہدایات

عسکری ادارہ امراض قلب

کے ہدایت نامہ سے اقتباس

س: دل کی شریانوں کی بیماری کی وجوہات کے متعلق روشنی ڈالیے۔

ج: دل کی شریانوں کی بیماری کے متعلق کچھ تفصیل اس طرح ہے۔

دل کو جو سارے جسم کو خون مہیا کرتا ہے اُسے اپنی بقاء کے لئے بھی خوراک کی

ضرورت ہوتی ہے۔ جو کہ خون ہی کی صورت میں اسے مہیا ہوتی ہے۔ یہ خون تین متوسط قطر کی خون کی نالیاں جنہیں طبی زبان میں کارنری آرٹریز (Coronary Arteries) کہتے ہیں، مہیا کرتی ہیں۔ یہ دل کے دائیں بائیں اور پشت کی طرف اپنی پوزیشن سنبھالے ہوتی ہیں جیسا کہ شکل سے ظاہر ہے۔ عمر اور وقت کے ساتھ ساتھ اور کئی دوسرے تحقیق شدہ عوامل مثلاً سگریٹ نوشی، خوراک میں مرغن اور کولیسٹرول والی ضرورت سے زیادہ غذاؤں کی موجودگی، بلند فشار خون (ہائی بلڈ پریشر) فربہ پن (موٹاپا) ذیابیطس، جسمانی تساہل کے علاوہ اپنی طبیعت سے بڑھ کر اکثر اوقات، غصہ، اضطراری، بے صبری اور بیک وقت ایک سے زیادہ ذمہ داریاں بلاوجہ اپنے سر لینا سرعت سے دل کی شریانوں کے قطر کو تنگ کرتی ہیں اس سے لامحالہ طور پر دل کو بقدر ضرورت خون مہیا نہیں ہوتا جو دل کے دور کے مختلف مراحل کا اسباب مہیا کرتا ہے مثلاً درد دل یا دورۂ قلب وغیرہ وغیرہ۔

س: بائی پاس سرجری کیا چیز ہے؟

ج: یہ ایک قسم کا آپریشن ہے۔ جس میں عموماً ٹانگ کے حصے سے خون کی نالی جسے طبی اصطلاح میں (ورید) Vein کہتے ہیں۔ احتیاط سے نکال کر اس کا حصہ دل سے نکلنے والی خون کی سب سے بڑی نالی جسے اورطہ (Aorta) شریان اعظم کہتے ہیں اور دوسرا حصہ بند شدہ شریان کے آگے پیوست کر دیا جاتا ہے۔ دوسرا طریقہ یہ ہے کہ ایک دوسری شریان جسے انٹرنل میمری آرٹری کہتے ہیں کو دل کی بند شدہ شریان کے آگے جوڑ دیا جاتا ہے جس سے خون رواں دواں رہتا ہے۔

اسی طرح عضلات دل کے ان حصوں کو جو دل کی شریانوں کے بند ہونے سے خون کی کمی سے متاثر ہوئے ہوتے ہیں دوبارہ خون مہیا ہونا شروع ہو جاتا ہے۔

س: بائی پاس آپریشن کا کیا فائدہ ہو سکتا ہے؟

ج: یہ آپریشن موزوں مریضوں میں کیا جاتا ہے جس سے زیادہ خون کی سپلائی سے درد دل اور دورۂ قلب کے مواقع میں ..... کمی واقع ہو جاتی ہے مریض کی جسمانی ورزش کی برداشت

زیادہ ہو جاتی ہے اور کئی زیادہ شدید بیماری والی نالیوں خاص طور پر اگر دل کی بائیں بڑی شریاں (Left Main Stem) کے تقسیم ہونے سے پہلے والے حصے میں اگر شدید نوعیت کی بیماری ہو تو آپریشن کے بعد بقائے زندگی میں خاطر خواہ اضافہ ہو جاتا...... ہے القصہ یہ آپریشن روزمرہ زندگی میں دردِ دل سے نجات کے بعد جسمانی آسودگی اور انشاءاللہ بقائے حیات میں اضافہ کا باعث ہوتا ہے۔

آپریشن کی تیاری کے متعلق سوالات

س: ہسپتال میں داخلے کے متعلق کچھ معلومات دیجئے؟

ج: ہسپتال میں داخلہ آپریشن سے عموماً دو تین دن پہلے ہوتا ہے ان ایام میں آپریشن سے متعلقہ متفرق ٹسٹ کے علاوہ مریض کو کھانسی کے ذریعے بلغم کے اخراج کے علاوہ گہرے سانس لینے کی مشقوں سے بھی واقفیت کرائی جاتی ہے۔

علاوہ ازیں اس دوران ان تمام ارکان سے جو آپ کے آپریشن سے متعلق کسی صورت میں بھی وابستہ ہوں گے مثلاً ماہر سرجن، ماہر امراض قلب، آپریشن کے لئے بہت بڑے مرحلے کے لئے یعنی "بے ہوش" کرنے والی ٹیم کے علاوہ ماہر نرسیں اور آپریشن کے بعد ضروری ورزشیں کرانے والی ٹیم کے ارکان سے بھی خاطر خواہ واقفیت ہو جائے گی جو کہ خود اعتمادی کے پیدا کرنے میں بہت مددومعاون ثابت ہو گی۔

آپریشن سے پہلے آپ کے چند ضروری حصوں مثلاً سینے سے آپریشن والی جگہ اور ٹانگ جہاں سے خون کی نالی (ورید) یعنی Vein نکالی جائے گی، اچھی طرح سے شیو کی جائے گی اور پھر ان کی خاص محلول سے صفائی کی جائے گی۔

س: آپریشن والے دن ہونے والے واقعات کی نشاندہی اور ہدایات دے دیجئے۔

ج: آپ تمام ذاتی اشیاء جن میں گھڑی، عینک، انگوٹھی یا اس قسم کا کوئی دوسرا زیور یا مصنوعی

دانت اگر آپ کے زیر استعمال ہوں تو یہ تمام چیزیں اپنے کسی رشتہ دار کے حوالے کریں یا وارڈ میں جمع کروا کر رسید لے لیں آپریشن سے ذرا قبل آپ کو غنودگی والا ٹیکہ لگایا جائے گا متعلقہ عملہ آپ کو ٹرالی پر آپریشن کے کمرہ میں لے جائے گا جہاں آپ آپریشن کے دوران بےہوش رکھنے کے ماہر ڈاکٹر کی زیر نگرانی چلے جائیں گے اور وہ اپنا کام بدرجہ اتم خوش اسلوبی سے سرانجام دیں گے اس طرح کہ تمام آپریشن کے دوران آپ دنیاومافیہا سے بے خبر رہیں اور آپریشن کا انجام بخیر ہو۔

س : آپریشن کے دوران لواحقین کے لیے کیا انتظامات ہوتے ہیں؟

ج : آپریشن کے دوران مریض کے لواحقین عسکری ادارہ \ قومی ادارہ امراض قلب میں انتظار کرتے ہیں۔ تاہم بصورت دیگر سرجن صاحب کے رابطے کے لئے پتے کا اندراج ضروری ہے۔ سرجن آپریشن کے بعد لواحقین کو مریض کے بارے میں مطلع کرتا ہے۔

س : کیا آپریشن کے بعد بخار کا بھی کوئی امکان ہوتا ہے؟

ج : جی ہاں! اکثر مریضوں کو کچھ عرصے کے لئے بخار کی حالت سے دوچار ہونا پڑ جاتا ہے جو کہ پیراسیٹامول یا اس قسم کی دوسری دوائی سے اتر جاتا ہے۔ بسااوقات آپریشن کے بعد یہ بخار تین چار دن سے زیادہ بھی رہ سکتا ہے۔

س : جلد صحت یابی کیلئے کیا ذرائع اختیار کئے جاسکتے ہیں؟

ج : گہرے سانس لینے کی مشق اور بامقصد کھانسی جلد صحت یابی میں مدد دے سکتی ہے کھانسنے سے جراثیموں کو پھیپھڑوں کی گہرائیوں میں رہنے کا کم موقع ملتا ہے۔ چنانچہ نمونیے اور بخار سے بچنے کے کافی امکانات ہوتے ہیں۔ یقین جانیئے کھانسی سے زخموں کے ٹانکوں یا بائی پاس گرافٹ کی صلاحیت پر کوئی برا اثر نہیں پڑتا۔

مزید براں نرس صاحبہ یا آپریشن کے بعد خصوصی طور پر تربیت یافتہ عملہ آپ کی چھاتی کے اطراف میں ہلکی ہلکی تھپکیوں کی مدد سے اندرونی لہریں پیدا کرے گا جس سے

پھیپھڑوں میں موجود بلغم ڈھیلی ہو کر اوپر کا رخ کرے گی اور کھانسی کی مدد سے یہ باہر نکل جائے گی۔ یہ بلغم دراصل جراثیموں کی خوراک کا کام دے سکتی ہے جب یہ بلغم ہی نکل جائے گی تو جراثیم اپنی خوراک سے محروم ہو کر اپنی موت آپ مر جائیں گے۔

بعض مریض صاحبان آپریشن کے بعد ان جانے خوف کی وجہ سے کھانسنے سے احتراز کرتے ہیں لیکن انہیں اپنے فائدے کی خاطر یہ بات ذہن نشین رکھنی چاہیے کہ کھانسنے کے عمل سے فائدہ ہی فائدہ ہے نقصان کوئی بھی نہیں۔ بعض مریض اپنی چھاتی کو تکیے کے ذریعے سہارا دے کر کھانسنے میں آسانی محسوس کرتے ہیں۔

س : کیا آپریشن کے بعد مجھے درد بھی محسوس ہو گا؟

ج : اکثر مریض زخم کی جگہ سوجن اور جلن محسوس کرتے ہیں لیکن شدید درد کی شکایت شاذ و نادر ہی پیش آتی ہے۔ اس شکایت کا مخصوص جسمانی پوزیشن اور بازوؤں اور کندھوں کی بکثرت موزوں طریقے سے کی ہوئی حرکات سے ازالہ کیا جا سکتا ہے۔ تاہم ڈیوٹی پر موجود عملے سے ناقابل برداشت درد کے لئے دوائی مانگی جا سکتی ہے۔

س : چیروں کے زخموں کے ٹھیک ہونے سے متعلق کچھ معلومات فراہم کیجئے؟

ج : بات دراصل یہ ہے کہ آپریشن کے فوراً بعد چھاتی کا زخم بتدریج خشک ہوتا رہتا ہے سات آٹھ دن میں چھاتی کے ٹانکے نکال لئے جاتے ہیں اور چند دن بعد ٹانگ سے بھی ٹانکے نکال لئے جاتے ہیں۔

س : کھانا پینا کب شروع کیا جا سکتا ہے؟

ج : جب سانس کی مصنوعی نالی کو ہٹا لیا جاتا ہے تو سیال خوراک کا استعمال شروع کیا جا سکتا ہے۔ بعد ازاں ہلکی نرم غذا اور اس کے ہر مریض کی قوت برداشت کے مطابق روزمرہ کی

باقاعدہ غذا کو شروع کیا جا سکتا ہے۔

س : کس قسم کی جسمانی حرکات کی کب اجازت ہوتی ہے ؟

ج : یہ ہر مریض کے لئے انفرادی طور پر تجویز کی جاتی ہے پہلے کرسی پر بیٹھنے کی حالت سے شروع کر کے کمرے کے اندر چلنے کی حالت پر اکتفا کیا جا سکتا ہے۔ بعد ازاں برآمدے میں بتدریج وقت کو بڑھایا جا سکتا ہے۔ آخر میں گھر جانے سے پہلے ذرا زیادہ متوسط رفتار کے ساتھ ساتھ وقت بھی بڑھایا جا سکتا ہے۔

شروع کے ایام تولیے کو یا کسی اور مناسب نرم کپڑے کو مناسب درجہ حرارت کے پانی میں ڈبو کر جسم کو صاف کیا جا سکتا ہے۔ پھر چند دنوں بعد احتیاط کے ساتھ غسل بھی کیا جا سکتا ہے۔

س : کیا سونے کیلئے کوئی مخصوص پوزیشن فائدہ مند ہوتی ہے ؟

ج : بہتر یہی ہے کہ اطراف پر لیٹ کر چند گھنٹوں بعد انہیں بدلتے رہنا چاہیے اگر زیادہ دیر پشت پر لیٹنے پر اکتفا کیا گیا تو عین ممکن ہے کہ پھیپھڑوں میں بلغم جم کر جراثیموں کو اپنا کام کرنے کا موقع فراہم کر دے۔

س : ہسپتال میں آپریشن کے بعد کتنے دن ٹھہرنا ضروری ہوتا ہے ؟

ج : عام طور پر تقریباً دس دن کا عرصہ موزوں تصور کیا جاتا ہے۔

س : خوراک کے متعلق کیا ہدایات ہوں گی ؟

ج : متعلقہ ڈاکٹر آپ کی اس خدمت کے لئے ضروری معلومات فراہم کریں گے۔ علاوہ ازیں تمام ضروری عناصر جو کہ بائی پاس نالیوں کو طویل عرصے تک کھلا رکھنے میں مددگار ثابت ہو سکتے ہیں۔ ان کے متعلق بھی ادارے میں ایک مخصوص ڈاکٹر آپ کو معلومات فراہم کریں گے۔

س : کیا سگریٹ نوشی "بائی پاس سرجری" کے بعد بھی اثر انداز ہوتی ہے ؟اس کی تفصیل بتائیں ؟

ج : سگریٹ نوشوں میں دل کے دوروں کی شرح بہ نسبت غیر سگریٹ نوشوں کے زیادہ ہوتی ہے۔ سگریٹ میں دو اہم اجزا نیکوٹن اور کاربن مانو آکسائڈ ہوتے ہیں ان سے دل اپنی شریانیں تنگ ہونے کی وجہ سے مناسب مقدار میں آکسیجن حاصل کرنے سے محروم رہتا ہے جس سے درد دل اور دورۂ قلب کا امکان دو تین گناہ بڑھ جاتا ہے۔ پہلے دورے کے بعد دوسرا دورہ قبل از وقت ہو جاتا ہے اور یہ دورہ اکثر جان لیوا ثابت ہوتا ہے۔

یہی صورت بائی پاس آپریشن کے بعد نئی وریدوں میں بھی قبل از وقت ہو سکتی ہے اور اتنے بڑے آپریشن کے بعد خاطر خواہ نتائج حاصل نہیں ہوتے۔ ورنہ بائی پاس کی نالیوں کے بند ہونے کا بہت زیادہ امکان ہو جاتا ہے۔ اس لئے آپ سگریٹ نوشی قطعاً چھوڑ دیں تاکہ آپ کی یہ نئی زندگی جو بائی پاس آپریشن کے بعد شروع ہوئی ہے جس میں سرجن صاحبان نرسیں اور دوسرے متعلقہ عملہ جنہوں نے آپ کے آپریشن کو کامیاب بنانے کے لئے بڑی کوشش کی ہوتی ہے۔ ان کی یہ کوششیں کامیابی سے ہمکنار ہوں اور آپ ایک لمبی اور خوشگوار زندگی سے لطف اندوز ہو سکیں۔

س : دوبارہ کام پر کتنے عرصے بعد جایا جا سکتا ہے ؟

ج : ایسے مریض صاحبان جن کا زیادہ کام دفتر میں بیٹھنے کی نوعیت کا ہوتا ہے وہ تقریباً آٹھ سے بارہ ہفتے کے بعد کام پر بتدریج جانا شروع کر سکتے ہیں۔

س : گھر جا کر کیا طریقہ کار ہونا چاہیے ؟

ج : مندرجہ ذیل اصولوں پر عمل پیرا ہونے سے خود اعتمادی بڑھنے کے علاوہ رفتہ رفتہ روزمرہ کی زندگی کی طرف لوٹنا آسان ہو جائے گا۔ مثلاً

ا۔ حسب معمول صبح کے وقت اٹھ کر اگر ممکن ہو تو مناسب درجہ حرارت کے پانی سے غسل کر کے موسم کے مطابق اپنا روایتی لباس پہنا جائے۔ دوپہر سے قبل تھوڑا آرام کیا جائے اور پھر دوپہر کے کھانے کے بعد بھی آرام فائدہ مند ہو گا۔ مثلاً صبح کی ایک میل کی سیر کے بعد تھوڑا سا آرام کر لیا جائے یاد رکھیں زیادہ کام کی اہلیت وقت کے ساتھ عود کر آتی ہے اور پیدل چلنا ایک بہت مفید ورزش ہے اس کے علاوہ گھر میں ہلکا پھلکا کام کر کے بھی دل کو تسکین ملتی ہے اور خود اعتمادی میں اضافہ ہوتا ہے۔ کبھی کبھار دوست احباب کو ملنے جایا جا سکتا ہے۔ مناسب وقت ڈرائیور کے ساتھ بھی کار میں باہر بھی جایا سکتا ہے اس کے علاوہ متعلقہ ڈاکٹر آپ کو بتدریج جسمانی ورزش کے پروگرام کے لئے بھی تیار کرے گا جس کے نتیجے میں آپ آپریشن کے چند ہفتوں بعد ہی دو تین میل چلنے پھرنے کے قابل ہو جائیں گے۔ مزید خود اعتمادی ادارے میں موجود ورزشی مشین سے ڈاکٹر یا متعلقہ عملہ کی زیر نگرانی بھی پیدا کی جا سکتی ہے۔ باہر سیر کے دوران موسم کے مطابق لباس کا لحاظ خاص طور پر رکھنا چاہیے۔ غیر مناسب درجہ حرارت چاہے وہ زیادہ گرمی کی صورت میں ہوں یا ٹھنڈک کی شکل میں ہونے کی وجہ سے آپریشن کے بعد جسم پر غیر معمولی دباؤ پڑنے کا امکان ہو سکتا ہے۔

اسی طرح اسی قسم کے موسموں میں لمبی اور تھکا دینے والی پیدل سیر سے بھی احتراز کرنا چاہیے۔

س: ازدواجی تعلقات کے متعلق کیا مناسب ہے؟

ج: آپریشن کے ڈیڑھ یا دو ماہ بعد جنسی تعلقات کی طرف رغبت مناسب ہو گی۔

س: کار چلانے پر کتنے عرصے کے لئے پابندی ہو گی؟

ج: مناسب تو یہی ہو گا کہ ہسپتال سے فارغ ہونے کے ڈھائی یا تین ماہ بعد گاڑی چلانا شروع کی جائے تاہم ایسے میں بھی متعلقہ ڈاکٹر\سرجن سے ضرور مشورہ کیا جانا چاہیے۔

س : ہسپتال سے فراغت کے بعد دوبارہ ڈاکٹر سے ملاقات کب مناسب ہو گی؟

ج : ہسپتال سے فراغت کے ساتھ ہی سرجن اور متعلقہ فزیشن دونوں سے دوبارہ ملاقات کا وقت لے لینا چاہئے۔

س : کیا آپریشن کے بعد طرز زندگی میں تبدیلی ضروری ہے؟

ج : جی ہاں! ایسے عوامل جن کی وجہ سے عارضہ، قلب نے جلدی آڑے آلیا، مثلاً ہائی بلڈ پریشر، خون میں کولیسٹرول اور دوسرے چربی نما مادوں کی زیادتی غیر مناسب خوراک کا استعمال ذیابیطس (شوگر کا مرض) ورزش کی کمی، سگریٹ نوشی، جسمانی فربھی، (موٹاپا) طبیعت میں تیزی، بے صبری اور غیر ضروری ذمہ داری و مسائل ایسے محرکات ہیں جن میں آپریشن کو زیادہ سے زیادہ دیر کیلئے کامیاب بنانا از حد ضروری ہے۔

آخر میں یہ بات آپ کے گوش گزار کرنا ضروری سمجھی جاتی ہے کہ آپ کو ہسپتال سے فراغت کے وقت جو دوا جتنے عرصے کے لیے تجویز کی جائے اس کو جاری رکھنے کے علاوہ تجویز کردہ اوقات ملاقات پر ادارہ ہذا سے رابطہ رکھنا نہ بھولئے گا۔

ع   لازم ہے دل کے ساتھ رہے پاسبان عقل

آپریشن کے بعد جسمانی ورزش

ہسپتال لے جانے کے بعد آپ اپنی جسمانی ورزش کو روز بروز بتدریج بڑھائیں اور باقاعدگی سے ورزش کا پروگرام جاری رکھیں۔

اچانک سخت ورزشی پروگرام سے اجتناب کریں۔ آپریشن کے بعد مریض کی حالت کے مطابق ہر مریض کے لئے جسمانی ورزش کا پروگرام مختلف ہوتا ہے ورزشی پروگرام کے لئے بہترین رہنمائی آپ کی اپنی استطاعت ہے۔ جب آپ تھکاوٹ محسوس

کریں تو آرام کریں۔

ضروری ہدایات

پیدل سیر ایک بہترین ورزش ہے۔ ہسپتال سے جانے کے بعد آپ جتنا ہسپتال میں چلتے تھے اس سے قریباً 110 یا 120 قدم روزانہ کے حساب سے بڑھاتے جائیں۔ دوسرے الفاظ میں ڈیڑھ سے دو منٹ روزانہ وقت بڑھاتے جائیں۔

شروع میں ہموار جگہ پر پیدل چلیں اور بعد میں بتدریج ہلکی چڑھائی پر جائیں۔ آپریشن کے چھ سے آٹھ ہفتے تک آپ کم از کم دو تین میل تک ضرور پہنچ چکے ہوں گے۔

گھر میں پہلے دو سے تین دن

ا۔ گھر میں ہی چلیں جیسے ہسپتال میں چلتے تھے۔ اور بتائے ہوئے طریقے کے مطابق گہرے سانس لینے کی مشق ضرور جاری رکھیں۔

۲۔ معقول آرام کریں اور ملاقاتی کم سے کم ہوں۔

م گھر میں پہلا اور دوسرا ہفتہ

پروگرام کے مطابق پیدل چلنے کے علاوہ آپ گھر میں ہلکے کام بھی جن میں زور نہ لگانا پڑے کر سکتے/کر سکتی ہیں۔ اگر سہولت میسر ہو تو گاڑی میں کسی کے ساتھ کسی خوشگوار جگہ پر جایا جا سکتا ہے لیکن یاد رہے کہ تھکاوٹ نہ ہو اس عرصے میں بھاری چیز نہ اٹھائیں۔ کوئی چیز نہ کھینچیں اور نہ دھکیلیں کیونکہ اس سے چھاتی پر بوجھ پڑے گا۔

ایسی تمام حرکات و سکنات جو چھاتی کے مروڑ کا باعث بنیں یا جس سے جھٹکا لگے سے پرہیز کریں مثلاً اگر چھوٹا بچہ آگے بھاگنے کی کوشش کر رہا ہو تو اسے پیچھے کی طرف نہ کھینچیں۔

آپریشن کے 4 ہفتے سے

آپ مزید ہلکے پھلکے کام بھی کر سکتے ہیں۔ مثلاً آپ اپنے کپڑے استری کرنا چاہیں یا کسی چیز کی کپڑے سے صفائی کرنا چاہیں تو کر سکتے ہیں۔

آپریشن کے 6 ہفتے سے

آپ مزید ہلکے پھلکے کام کر سکتے ہیں۔

آپریشن کے 8 ہفتے کے بعد

آپ ڈیپارٹمنٹ آف پریونٹو کارڈیالوجی/کارڈیک ریہیبلیٹیشن،

Department of preventive Cardiology/Cardiac Rehabilitation

میں معالج سے ملیں اور آئندہ کے لائحہ عمل کے مطابق معلومات حاصل کریں۔

کیونکہ اصل مقصد تو تمام ایسی کوششوں کو بروئے کار لانا ہے جن سے آپریشن کی کامیابی کے امکانات بڑھیں۔ اور آپ کی تندرستی قائم رہے۔

آپریشن کے 12 ہفتے کے بعد

انشاء اللہ وہ تمام کام کرنے کے قابل ہو جائیں گے جو آپ آپریشن سے پہلے کرتے تھے۔

دل کا آپریشن عام طور پر 10 سال کام دیتا ہے۔ اس کے بعد اس سے ہونے والے افادات میں روز بروز کمی آنے لگتی ہے۔ اخبارات سے مشہور شخصیات کے باربار کے آپریشنوں کی خبریں آتی رہتی ہیں۔ بلوچستان کے ایک سیاسی لیڈر کے دل کا تین چار بار آپریشن ہو چکا ہے۔ روز روز کی گڑبڑ سے تنگ آکر انہوں نے اپنا مستقل قیام انگلستان میں ہی کر لیا ہے۔

مشہور مغنیہ نور جہاں نے امریکہ سے آپریشن کروایا ہر چار ماہ بعد ان کو پھر سے تکلیف ہوتی ہے۔ شدید اذیت میں کراچی کے آغا خان ہسپتال میں کچھ دن گذارتی ہیں پھر تھوڑی سی کسر رہ جاتی ہے اور انگلستان جانا پڑتا ہے۔ اب کی بار دوبارہ انگلستان گئی ہیں جہاں پر دل کی نالیوں کے ساتھ ایک والو بھی تبدیل کر دیا گیا ہے۔

پنجاب کے ایک سابق گورنر صاحب دبلے جسم کے بڑے چاق چوبند ہیں۔ خوب

چلتے پھرتے اور کم کھاتے ہیں۔ پھر بھی دل کا دورہ پڑا اور امریکہ میں آپریشن ہوا۔ ان کا آپریشن 13 سال تک چلتا رہا اور اب پھر سے ہوا۔ حسب معمول ہشاش بشاش ہیں۔

دل کے دورہ کے بعد غذا اور آرام

دل کے دورہ سے مراد ایک ایسی کیفیت ہے جس میں دل اپنی توانائی اور آکسیجن سے محروم ہو جاتا ہے۔ اس حالت میں جب اس میں طاقت ہی موجود نہیں تو اس پر کسی قسم کا بوجھ ڈالنا ممکن ہی نہیں رہتا۔ علاج کی نوعیت جو بھی ہو اہم ترین بات یہ ہے کہ دل پر کسی قسم کا کوئی بوجھ نہ پڑے۔ مریض اس وقت تک آرام کرے جب تک کہ نالیوں میں خون کی گردش پھر سے شروع ہو جائے۔ پرانے زمانے میں مریض کو دو سے تین ماہ تک بستر پر لٹائے رکھتے تھے اور ہر قسم کی حرکت منع کر دی جاتی تھی۔ اب مکمل آرام کی نوعیت تبدیل کر دی گئی ہے۔ شدید دورہ اور مدہوشی کی حالت میں مریض کو بستر پر لٹائے رکھا جاتا ہے۔ بعض استاد لیٹنے اور بیٹھنے میں کوئی فرق نہیں سمجھتے۔ اس لئے مریض کو تین دن کے بعد بیٹھنے کی اجازت دے دی جائے۔ حالت میں بہتری پر چلنے کی اجازت دی جا سکتی ہے۔ مریض جتنی جلدی چلنے لگے اس کی بیماری میں بہتری کے امکانات بڑھ جاتے ہیں۔

کمزوری۔ نقاہت اور شدید کرب کی موجودگی میں مریض کو فاقہ دینا زیادتی ہے۔ پرانے ڈاکٹر گلوکوس وغیرہ کے علاوہ خوراک مد رکھتے تھے۔ اب اصول یہ ہے کہ غذا میں وٹامین۔ لحمیات۔ معدنی نمک اور معمولی مقدار میں نشاستہ والی غذائیں ضرور دی جائیں۔

اطباء قدیم کا معمول تھا کہ وہ ہلکے مصالحہ کا بکری کے گوشت کا شوربہ پتلی چپاتی کے ساتھ دیتے تھے۔ اس کے علاوہ مرغ۔ تیتر کا بھنا گوشت۔ کباب کوفتہ وغیرہ بھی رغبت کے مطابق دیتے تھے۔

سبزیاں اور دالیں دی جاتی تھیں۔ لیکن گوبھی، بینگن، اروی، کٹھل، مٹر، ماش اور چنے کی دال چونکہ پیٹ میں نفخ پیدا کرتی ہیں اس لیے ممنوع رہیں۔ پھلوں میں تمام کی اجازت تھی۔

اطباء جدید ان تمام غذاؤں سے منع کرتے ہیں جن میں حیوانی چربی پائی جاتی ہو۔

گائے اور بکرے کے گوشت میں مشکل یہ ہے کہ چربی کے دانے گوشت کے ریشوں میں بھی پائے جاتے ہیں۔اِس لیے وہ منع رہتے ہیں۔

کولیسٹرال کم کرنے اور وزن کنٹرول کرنے کی غذا

پھل	سبزی	مصالحہ	دالیں
1۔امرود۔ایک یا آدھا	1۔لوکی	1۔پیاز	1۔دال ارہر
2۔انار۔ایک یا آدھا	2۔ٹنڈا	2۔ادرک	2۔دال مونگ
3۔انناس۔تازہ	3۔گوبھی	3۔لہسن	3۔دال مسور
4۔آلوچہ۔تین یا چار	4۔بینگن	4۔دھنیا	4۔دال ماش
5۔آڑو۔دو	5۔کریلا	5۔پودینہ	5۔دال چنا(کم)
6۔پپیتا	6۔ککڑی	6۔سویا	6۔بیسن
7۔تربوز	7۔کھیرا	7۔میتھی	
8۔جامن	8۔ٹماٹر	8۔کالی مرچ	گوشت
9۔خوبانی۔(کم)	9۔پالک	روٹی	1۔مچھلی
10۔سیب۔ایک	10۔مولی		2۔مرغی
11۔موسمی۔دو	11۔گاجر	چپاتی۔ڈیڑھ	3۔بکری (چربی نکلی ہوئی)
	12۔ترئی	نان۔آدھی	ہفتہ میں دو مرتبہ
	13۔بھنڈی	ڈبل روٹی۔دو سلائس	

گھی

1۔سن فلاور کوکنگ آئل

SUNFLOWER COOKING Oil

گھی	دہی	ناشتہ
2۔مکئی کا تیل	بازار کا منع ہے۔گھر میں	1۔ٹوسٹ بغیر مکھن۔
Corn Oil	دودھ سے ملائی نکال کر دہی	2۔انڈا بغیر زردی ابلا ہوا یا تلا ہوا
....	بنائیں اور استعمال کریں۔	3۔کارن فلیک۔

نمک کم استعمال کریں　　　　4۔دلیہ۔

5۔ترکاری ابلی ہوئی۔

6۔چائے بغیر چینی (2کپ، دودھ یا بغیر دودھ حسب مرضی

7۔دودھ۔(SKIM MILK)

نوٹ: ☆اگر شوگر کی بیماری یا ٹرائی گلیسر ڈیمیا نہیں تو دن میں دو چمچ چینی استعمال کر سکتے ہیں۔

☆ جھینگا اور کیکڑا چونکہ مچھلی نہیں اس لئے ان سے پرہیز ہے۔

پنجاب انسٹی ٹیوٹ آف کارڈیالوجی جیل روڈ لاہور

لاہور کے ایک ہسپتال نے اپنے مریضوں کی راہبری کیلئے اوپر والا پروگرام تجویز کیا ہے۔ان کے خیال میں یہ غذا کا صحیح راستہ ہے۔

پروفیسر محمود علی ملک نے ثابت کیا ہے کہ بناسپتی گھی کو جمانے کیلئے جو کیمیاوی مرکبات ڈالے جاتے ہیں وہ دل کی بیماری پیدا کرتے ہیں۔اس لئے بناسپتی گھی کو دیسی گھی پر کوئی برتری حاصل نہیں۔ ہسپتال کے غذائی ماہرین ایک اہم پھل بھول گئے۔انار اور تربوز قرآن مجید نے اسے جنت کا میوہ اور نبی ﷺ نے اسے بہترین قرار دیا ہے۔ پھلوں میں آلو بخارا مفید ہے۔جبکہ پپیتا مضر ہے۔کیونکہ یہ پیٹ میں نفخ پیدا کرتا ہے۔

مریض کی خوراک کی ایک بہترین مثال حضرت عائشہ صدیقہؓ سے میسر ہے۔

كان رسول الله صلى الله عليه وسلم اذا اخذ احدا من اهل الوعک امر بالحسامن الشعير فصنع ثم امرهم فحسوا منه، ثم يقول انه يرتوا دالخرين ويسر و فواد السقيم، كما تسرو احداكن الوسخ بالماء عن وجهها

(ابن ماجہ)

(جب کبھی ہمارے گھر میں کوئی بیمار ہوتا تھا تو نبی ﷺ حکم فرماتے تھے کہ مریض کو جو کا دلیا کھلایا جائے ۔ پھر وہ ارشاد فرمایا کرتے تھے کہ یہ غم کو اتار دیتا ہے۔ اور مریض کی کمزوری اور دل پر سے بوجھ کو دور کرتا ہے۔ یہ بالکل اس طرح دل سے بوجھ کو اتار دیتا ہے کہ جس طرح تم میں سے کوئی اپنے چہرے کو پانی سے دھو کر غلاظت کو اتار دیتا ہے)۔

حضرت ام المنذرؓ کے گھر نبی ﷺ و حضرت علیؓ تشریف لے گئے۔ حضرت علیؓ بیماری سے اٹھے تھے اور ابھی کمزور تھے۔ ان کو کھجوریں کھانے سے روک کر جو کی روٹی کے ساتھ چقندر کھانے کا مشورہ دیا گیا۔ (مسند احمد)

حضرت عائشہؓ کا اس کی افادیت کے بارے میں طریقہ تھا۔

انها کانت تامر بالتلبينه و تقول هو البغيض النافع (ابن ماجہ)

(وہ اس کے بعد لوگوں کیلئے دلیا تیار کرواتی تھیں اور فرمایا کرتی تھیں کہ یہ ایک مفید غذا ہے۔)

دلیا کے علاوہ ہمارے مذہب نے بیمار کی کمزوری کو دور کرنے کیلئے تربوز۔ انار۔ سنگترہ۔ میٹھی۔ کھمبی اور شہد کا مشورہ دیا ہے۔ ان عمدہ غذاؤں کے بعد دل کے کسی مریض کیلئے کسی اور غذا کو تلاش کرنے کی ضرورت نہیں رہتی۔

ہم نے اپنے مریضوں کو ابتدا میں شہد ملا کر جو کا دلیا۔ میٹھے سنگتروں کے جوس میں شہد ملا کر۔ تربوز۔ انار کا جوس پلائے۔ اس سے ان کی کمزوری جاتی رہی اور دل کو طاقت بھی حاصل ہوئی۔ چلنے پھرنے کا مرحلہ آنے پر مرغی یا مچھلی کا گوشت۔ کدو دیئے گئے۔

دل کے مریض کے لئے غذاؤں کے جتنے بھی نسخے مروج ہیں ان سب کو سامنے رکھ کر دیکھا جاسکتا ہے نبی ﷺ کی فرمودہ غذائیں زیادہ مفید۔ مقوی اور مریض کی حالت کو

اعتدال پر لانے میں زیادہ مفید ہیں۔ جن کا تذکرہ اگلے صفحات میں پیش ہے۔

یونانی علاج

اطباء قدیم نے دل کی بیماریوں کے علاج میں شاندار کارنامے انجام دیئے ہیں۔ مرض کی ماہیت کو جاننے کے علاوہ طب جدید کے معالجات میں کوئی خاص چیز دیکھنے میں نہیں آتی۔

سینہ میں درد کیلئے افیون یا اس کے مرکبات دیئے جاتے ہیں۔ طب جدید میں بھی افیون کے مرکبات اور پیتھے ڈین آج تک مستعمل ہیں۔ مریض کی گھبراہٹ کو کم کرنے کیلئے صندل سفید۔ مشک خالص۔ زعفران ایک ایک گرام کو 355 ملی لیٹر عرق گلاب یا عرق کیوڑہ میں کھرل کر کے بار بار سنگھایا جائے۔

(خالص کستوری انتہائی گراں اور ناپید ہے۔ اس نسخہ میں فائدہ کستوری کی خوشبو پر مبنی ہے۔ بازار میں ملنے والی نقلی یا Synthetic کستوری کی خوشبو نہایت عمدہ ہوتی ہے۔ اس لئے مشک خالص کی جگہ اسے استعمال کیا جائے)۔

کشنیز خشک (بھنی ہوئی)۔	گل سرخ	طباشیر۔	مصطگی رومی
7 گرام	7 گرام	1 گرام	ڈیڑھ گرام

کو پیس کر مکھن نکلی ہوئی لسی (چھاچھ) صبح۔ شام۔ دیا جائے۔ محلی بن طبری کو یہ نسخہ بہت پسند تھا۔

کہربا۔	بسد	درنا سفتہ	فرنجمشک	گاؤزبان
10 گرام	10 گرام	10 گرام	125 گرام	105 گرام

میں 105 گرام کشنیزہ خشک (بریاں) ملا کر سفوف بنا کر 4 گرام صبح۔ شام عرق بید مشک کے ہمراہ۔

رازی اور یوحنا بن ماسویہ تو دل کے دورہ کے علاج میں کہربا کی افادیت کے بڑے معترف تھے۔ رازی کی رائے میں سرد مزاج مریضوں کو دواء المسک اور معجون بلادر دینا مفید ہے۔

ایک اور نسخہ میں :

طباشیر۔ بادرنجبویہ۔ گل سرخ۔ قرنفل کا سفوف بنا لیں۔
$10\frac{1}{2}$ گرام۔ 175 گرام ڈیڑھ گرام 5 گرام۔

اس کو 35 گرام صبح۔ شام عرق یا پانی کے ساتھ دیا جائے۔ اس کی اضافی افادیت یہ ہے کہ بلڈ پریشر کے مریضوں کی کیفیت کو بھی فائدہ کرتا ہے۔ مریض اگر موٹا ہو اور بلڈ پریشر بھی بڑھا ہو تو یہ نسخہ مفید ہے۔

بادیان۔ بیخ بادیان۔ بیخ اذخر۔ بیخ کرفس۔ اسطوخودوس۔ گاؤزبان۔ بادرنجبویہ میں سے ہر ایک 5 گرام ان کے ساتھ منقی۔ نو دانے۔ زرد انجیر۔ تین عدد ملا کر رات گرم پانی میں بھگو دیں۔ صبح اس پانی کو ادویہ سمیت جوش دے کر چھان لیں۔ یہ پانی روزانہ 2 تولہ خمیرہ بنفشہ ملا کر 14 دن تک پلایا جائے۔

غذا کے بارے میں اطباء قدیم کی ہلکی غذا تجویز کرتے ہیں۔ چکنائیاں کم سے کم دی جائیں۔ مریض کو قبض نہ ہونے پائے۔ گھبراہٹ اور بیزاری کو دور کرنے کیلئے خوشبودار چیزیں سنگھائی جائیں۔

نبی ﷺ کی ذات گرامی اور عادات کا جب ہم اپنی مصلحت کیلئے مطالعہ کریں تو اس میں سب سے بڑی آسانی یہ ہے کہ ان کی 23 سالہ نبوی زندگی کا ہر پروگرام۔ عمل۔ واقعہ۔ حتی کہ ان کا چلنا پھرنا۔ کھانا پینا بھی لوگوں نے جمع کر کے مرتب کر دیا ہے۔

ان کی شاندار اور مثالی زندگی کو دیکھئے تو وہ ایک عام انسان کی طرح کھاتے پیتے۔ آرام کرتے۔ پیدل چلتے۔ لوگوں سے ملتے اور ضرورت پڑنے پر میدان جنگ میں نظر آتے ہیں۔ وہ اکثر اوقات منہ کا ذائقہ بدلنے کیلئے مشروبات Beverages کو پسند فرماتے تھے۔ وہ دودھ کو بطور مشروب پسند فرماتے تھے۔ لیکن اس کی چکنائی کو کم کرنے کیلئے اس میں پانی ڈال لیتے تھے۔ کھانے میں چکنائی کی مقدار ہمیشہ کم رہتی اور اضافی چکنائی سے پرہیز کرتے تھے۔

ایک مرتبہ انہوں نے ذکر فرمایا کہ میرا دل چاہتا ہے کہ میں دودھ میں گندھے ہوئے آٹے کے پراٹھے کھاؤں۔ اگلے روز ایک عقیدت مند پراٹھے پکا کر پیش کرنے آگیا۔ آپ نے گھی کے مشکیزے پر اعتراض

کرتے ہوئے پر اٹھے قبول نہ فرمائے۔

جسم میں داخل ہونے والی چکنائیوں کو صرف کرنا اور اگر مقدار میں زیادہ ہوں تو چربی کی صورت میں جمع کرنا جگر کا کام ہے۔ حضور اکرمؐ کی زندگی سے روشنی حاصل کرنے کی کوشش کریں تو وہ غذا میں سب سے بڑی احتیاط یہ فرماتے تھے کہ کھانا ہمیشہ بھوک رکھ کر کھاتے تھے۔ بسیار خوری (Over eating) ان کا طریقہ نہ تھا۔ وہ لوگوں کو بھی تاکید فرماتے تھے کہ جب ایک تہائی بھوک رہ جائے تو کھانے سے ہاتھ کھینچ لیا جائے۔ وہ روزانہ لمبی پیدل سیر کرتے تھے۔ اور اس کا نتیجہ یہ ہے کہ وہ اپنی پوری زندگی میں کبھی صاحب فراش نہیں ہوئے۔ وہ جنگ میں زخمی ہوئے۔ ان کی ہڈیاں ٹوٹیں۔ دانت ٹوٹے۔ اور ان کیفیات میں ایک عام شخص کیلئے زخموں کی تکلیف اور Surgical shock کی وجہ سے چلنا پھرنا ممکن نہیں۔ لیکن وہ شدید مجروح ہونے کے فوراً بعد جنگ کے نقصانات کا جائزہ لیتے ہیں۔ شہداء کے دفن کے انتظامات کرتے ہیں۔ متاثرہ خاندانوں کو امداد اور تسلی دیتے ہیں۔ وہ سب کچھ کیسے کرتے تھے؟

وہ کیوں بیمار نہیں ہوتے تھے؟

اگر ہم ان کی تندرستی کے اسباب جان لیں تو ہمارے کئی مسائل حل ہو جائیں گے۔

باب 22

دل کی بیماریاں اور غذا

نبی علیہ السلام نے دل کی اہمیت کو واضح فرمانے کے بعد ان اغذیہ اور ادویہ کا تذکرہ فرمایا ہے جن کا استعمال دل کی بیماریوں میں مفید ہو سکتا ہے۔

حضرت عائشہ صدیقہؓ بیان فرماتی ہیں۔

فانی سمعت النبی ﷺ یقول' التلبینۃ مجمۃ لفواد المریض' تذھب ببعض الحزن۔(بخاری۔ مسلم۔احمد)

(میں نے رسول اللہ علیہ السلام کو فرماتے ہوئے سنا کہ تلبینہ' دل کے مریض کے تمام مسائل کا مکمل حل ہے۔ یہ دل سے غم کو اتار دیتا ہے)۔

تلبینہ سے مراد جو کا وہ دلیا ہے جس میں مٹھاس کے لیے شہد کا اضافہ کیا جاتا ہے۔

اسی ضمن میں حضرت عائشہؓ نے ایک اور واقعہ مذکور ہے۔

کان رسول اللہ ﷺ اذا اخذ احد من اھل الوعک امر بالحساء من الشعیر فصنع' ثم امرھم فحسوا منہ ثم یقول انہ لیرتو اداء الحزین و یسر' فواد السقیم کما تسر وا احد آکن الوسخ بالماء عن وجھھا۔ (ابن ماجہ)

(رسول اللہ علیہ السلام کا طریقہ تھا کہ اگر ان کے گھر میں کوئی بیمار ہو جاتا

اس کے لیے جو کا دلیا پکانے کا حکم دیتے اور فرماتے
مریض کو یہ بار بار کھلایا جائے۔ کیونکہ یہ بیمار کی پریشانی کو دور کرتا ہے۔
اور دل کے مریض کے اوپر سے بوجھ کو اس طرح اتار دیتا ہے جس
طرح تم میں سے کوئی پانی سے دھو کر اپنے چہرے پر سے غلاظت اتار
دیتا ہے)۔

مسند احمد اور حاکم میں اس حدیث میں یہ اضافہ ملتا ہے۔

"جو کے دلیا کی ہانڈی چولہے پر چڑھادی جاتی اور یہ اس وقت تک
چڑھی رہتی تھی جب تک کہ مسئلہ ختم نہ ہو جائے۔"

وہ بیمار کے دل کو طاقت دینے اور بیماری کا مقابلہ کرنے کے لیے مریض کو جو کا دلیا' مسلسل کھلاتے تھے۔

جو کے دلیا کے بعد انہوں نے بہی کو اہمیت عطا فرمائی۔ حضرت طلحہ بن عبید اللہؓ بیان کرتے ہیں۔

دخلت علی النبی ﷺ و بیده سفر جلة' فقال' دو نکها
یا طلحة' فانهاتجم الفواد۔ (ابن ماجہ)

(میں نبی علیہ السلام کی خدمت میں حاضر ہوا اور ان کے ہاتھ میں سفر جل
تھا۔ انہوں نے فرمایا "اے طلحہ یہ دل کے دورہ کو ختم کرتا ہے")۔

النسائی نے اس واقعہ میں سفر جل کے فوائد میں یہ اضافہ کیا ہے۔

فانها تشد القلب و یطیب النفس و تذهب بطخاء
الصدر۔

(یہ دل کو مضبوط کرتا ہے۔ سانس کو خوشبودار بناتا ہے۔ اور سینے کے
اندر سے بوجھ کو اتار دیتا ہے)۔

سفر جل کے طبی فوائد میں تین اہم نکات بیان فرمائے گئے۔

☆ یہ دل کے اوپر سے تکلیف کا بوجھ اتار دیتا ہے۔

☆ یہ دل کو مضبوط کرتا ہے۔

☆ سینے کے اندر کے بوجھ اتار دیتا ہے۔ لفظ لطخاء کا ترجمہ تو بوجھ ہی ہے۔ لیکن ماہرین لغت کے نزدیک یہ وہ بوجھ ہے جو جھلیوں میں ورم آجانے کی وجہ سے پیدا ہوتا ہے۔ جیسے کہ Pericardits اور Pleusisy میں جھلیاں متورم ہو جاتی ہیں۔ ان کیفیات میں سینے کے اندر بوجھ محسوس ہوتا ہے۔ بوجھ دل کا دورہ پڑنے یا دل کو خون کی مقدار اگر ضرورت سے کم مل رہی ہو تو بھی محسوس ہوتا ہے۔ ان تمام حالتوں میں سفر جل کا استعمال فائدے کا باعث ہوگا۔

دل کی تکلیف کے بارے میں ایک نیا نظریہ

قرآن مجید نے انار کو جنت کا میوہ قرار دے کر فرمایا ہے۔

فیھا فاکھۃ و نخل و رمان۔ (۶۸۔الرحمان)

(وہاں پر پھل ہوں گے اور کھجور اور انار)۔

نبی ﷺ نے فرمایا ایسا کوئی انار نہیں ہے جس میں جنت کا کوئی دانہ شامل نہ ہو۔

اس اہمیت کو جاننے کے بعد حضرت عبداللہ بن عباسؓ کی عادت تھی کہ اگر سڑک پر گرا ہوا بھی انار کا کوئی دانہ مل جاتا تو وہ خلوص اور اعتقاد سے اسے کھا لیتے تھے۔

حضرت علیؓ سے روایت ہے۔

کلوا الرمان بشمحہ' فانہ دباغ المعدۃ۔

(انار کو اس کے چھلکے سمیت کھاؤ کہ یہ معدہ کو مضبوط کرتا ہے۔

اسی طرح انجیر' تربوز' سنگترہ' شہد اور ریحان کی تعریف فرمائی گئی ہے۔

ان تمام چیزوں پر توجہ کریں تو سب میں ایک چیز مشترک ہے۔ یہ جگر کی اصلاح کرتی ہیں۔ مثلاً کھجور کے بارے میں ارشاد گرامی ہے۔

سعد بن ابی وقاصؓ روایت فرماتے ہیں کہ نبی ﷺ نے فرمایا۔

من آکل سبع تمرات ما بین لا بتی المدینۃ علی الریق لم یضرہ یومہ ذالک سم و لا سحر' و ان آکلھا حین تمسی لم یضرہ حتٰی یصبح۔ (احمد)

(جس کسی نے صبح نہار منہ میرے شہر مدینے کے پہاڑوں کی درمیانی وادی میں پیدا ہونے والی سات کھجوریں کھالیں۔ اس کو اس دن زہر اور جادو سے بھی کوئی ضرر نہ ہوگا۔ اور اگر وہ رات کو کھائے تو صبح تک مامون رہے گا)۔

خون میں پائی جانے والے لحمیات Blood Proteins جگر میں پیدا ہوتے ہیں۔ اگر کوئی زہر جسم میں داخل ہو جائے تو اسے ختم کرنا بھی دل کی ذمہ داری ہوتی ہے۔ علاج میں استعمال ہونے والی اکثر ادویہ کو بار بار دینا پڑتا ہے۔ کیونکہ جگر ان کو تلف کر دیتا ہے۔ اگر جگر صحیح کام کر رہا ہو تو اکثر بیماریوں سے نجات مل جاتی ہے۔ بیماریوں کا مقابلہ کرنے کی جسمانی قوت مدافعت Immunity بھی جگر میں پیدا ہوتی ہے۔

جگر کے ان افعال اور ذمہ داریوں کو سامنے رکھ کر ارشادِ نبوی کا اہم نکتہ۔

"کھجور کھانے سے زہر کا اثر نہیں ہوتا"

آسانی سے سمجھ میں آجاتا ہے۔ کیونکہ کھجور جگر کو طاقت دیتی ہے۔

جب کسی کو دل کا دورہ پڑتا ہے تو اس میں اہم بات یہ ہوتی ہے کہ دل کو خون مہیا کرنے والی نالیوں میں خون جم جاتا ہے۔ خون کے جمنے سے دوران خون رک جاتا ہے۔ عین ممکن ہے کہ پانچوں نالیاں بند ہو کر مکمل انسداد ہو جائیں اور اس سے فوری موت واقع ہو نہجائے۔ اور اگر ۳۔ ۲ نالیاں بند ہوں تو دل کا دورہ پڑتا ہے۔ نمونہ کے طور پر ایک مریض کے دل کی نالیوں کی رپورٹ درج ذیل ہے۔ !

PUNJAB INSTITUTE OF CARDIOLOGY

Gulberg (jail) Road, Lahore. PH # : 7589721-40

REGD. NO : 97016713 CATH NO: 1985

NAME : Muhammad Shareef AGE/SEX : 52yrs/male

CONSULTANT : Dr. Bilal Zakaria Khan DATED : 20-08-1997

CORONARY ANGIOGRAM REPORT:

TECHNIQUE:

I.V and selective Coronary angiography via right femoral artery seldinger puncture: 7F short sheath 7F pigtail retrogradely to LV. LV angiogram in RAO 30o projection was done with 36 mls urografin at 12 mls/see. Selective Coronary Arteriograms : Judkins 4 right and 4 left catheters.

PRESSURES:

Pre Angio: Ao 145/85-105 LV= 140 EDP=18

CORONARY CINE ARTERIOGRAPHY:

LV Angiogram:

Normal sized LV function with good systolic function.

There is no Mitral Regurgitation or LV to aorta pullback gradient.

Left Coronary Artery:

Left Main Stem: Normal.

Left Anterior Descending Artery (LAD):

There is a moderately severe long segment stenosis in the proximal LAD around the origin of first septal perforator. The first diagonal branch which at ises prior to the stenosis in the LAD has significant atheroma in it.

Left Circumflex Artery:

Non dominant circulation. There is a slight stenosis in the main circumflex in its mid course just before the origin of a small third obtuse marginal branch. The distal vessel and obtuse marginal

branches look normal.

Right Coronary Artery (RCA):

Dominant circulation. There are moderate atheromatous irregularities in the main vessel along the margin of the heart with mild eclatic disease in the proxin at 1/3rd. The distal RCA has severe long segment stenosis at the crux of the heart before its bifurcation into the distal branchs.

CONCLUSION:

Three vessel coronary artery disease.

Good LV function.

MANAGEMENT DECISION:

Further intervention needs to be based on the patient's symptoms level and positivity of his exercise test. in view the distribution of coronary disease. The patient can be offered staged PTCA/ Stenting to his coronary artery tesions.

Dr. Bilal Zakria Khan.
Associate professor.

اس رپورٹ میں مریض کے دل کی نالیاں بند ہیں۔ یا ان نالیوں میں خون جمنے سے Clot پیدا ہو گئے ہیں۔ جنہوں نے نالی کا راستہ بند کر دیا۔ سوال یہ پیدا ہوتا ہے کہ نالیوں میں چلتا ہوا خون کیونکر جم گیا؟ کیونکہ عام حالات میں جسم میں گردش کرنے والا خون نہیں جمتا۔ خون اس وقت جمتا ہے جب وہ جسم سے باہر نکلے۔

خون کے جمنے کا عمل ایک پیچیدہ کیمیاوی سلسلہ ہے۔ جس میں جگر سے پیدا ہونے والے بعض عناصر کا بڑا دخل ہے۔ ہم آج تک مریض کے تفکرات بسیار خوری، آرام طلبی وغیرہ وجوہات کو دل کے دورے کا باعث قرار دیتے آئے ہیں۔ لیکن یہ کسی نے سوچنے کی زحمت گوارا نہیں کی کہ خون کیونکر جم جاتا ہے۔ اور وہ کیمیات کہاں سے وارد ہوتی ہیں۔ جو خون کو کسی نالی کے اندر جما دیتی ہیں۔ اگر یہ واقعہ دل میں واقع ہو تو اسے Coromary Thrombosis اور اگر دماغ کی نالیوں میں ہو تو Cereberal Thrombosis کہتے ہیں۔ جس سے مریض کو فالج ہو جاتا ہے۔

نبی علیہ نے جگر کو تندرست رکھنے کے لیے کھجور کو مفید قرار دیا۔ یہ جگر کو اس حد تک توانائی اور حفاظت مہیا کرتی ہے کہ مریض اس دوران کوئی زہریلی چیز بھی کھالے تو اس کی حفاظت ہو جاتی ہے۔

جب یہ طے ہو گیا کہ خون کی نالیوں میں خون کا انجماد ایسے عناصر کے کیمیاوی عمل سے وقوع پذیر ہوتا ہے جن کی پیدائش سے جگر کا گہرا تعلق ہے تو جگر کی اصلاح سے خون کے انجماد کو روکا جا سکتا ہے۔ اس اصول کو استعمال کرنے کا ایک اہم موقع اس وقت پیدا ہوا جب حضرت سعد بن ابی وقاصؓ بیمار ہوئے۔ وہ خود بیان کرتے ہیں۔

"مرضت مرضا' اتانی رسول الله ﷺ' فوضع یده بین ثدبی' حتی وجدت بردها علی فوادی' فقال' انک رجل مفئود' ائت الحارث بن کلاة' اخا ثقیف' فانه رجل یطبب' فلیاخذ سبع ثمرات من عجوة المدینة' فلیجاهن بنو اهن ثم لیدلک بهن۔ "(مسند احمد۔ ابوداؤد۔ ابو نعیم)

(میں بیمار ہوا تو میری عیادت کے لیے رسول اللہ علیہ تشریف لائے۔ انہوں نے اپنا ہاتھ میرے کندھوں کے درمیان رکھا تو اس ہاتھ کی ٹھنڈک میری پوری چھاتی میں پھیل گئی۔ (دل میں تکلیف کی وجہ سے ان کو چھاتی میں شدید جلن اور درد ہو رہا ہوگا)۔ پھر فرمایا کہ اسے دل کا دورہ پڑا ہے۔ اسے حارث بن کلاۃ کے پاس لے جاؤ جو ثقیف میں مطب کرتا ہے۔ حکیم کو چاہئے کہ وہ اسے مدینہ کی سات عجوہ کھجوریں' گٹھلی سمیت 'کوٹ کر کھلائے)۔

دوسری روایات میں ملتا ہے کہ چھاتی پر ہاتھ پھیرتے وقت انہوں نے اس کی شفایابی کے لیے دعا بھی فرمائی تھی۔

اللّٰھُمَّ اشف سعداً۔

حضرت سعد بن ابی وقاصؓ کی علالت تاریخ طب کا ایک حیرت ناک واقعہ ہے

یہ پہلے مریض تھے جن کے دل کی بیماری کی تشخیص کی گئی۔
ڈاکٹروں کو دل کے دورے کے بارے میں انیسویں صدی تک علم نہ تھا۔
دل کا دورہ پڑنے کے بعد کبھی کوئی مریض تندرست نہیں ہوا۔
دور حاضر کے بہترین علاج اور اپریشن کے بعد بھی مریض کو ساری عمر دوائی کھانی ضروری ہے۔ معمولی مشقت سے دورہ پھر کسی وقت پڑ سکتا ہے۔
دورے کے بعد سعد بن ابی وقاصؓ نے گھوڑے پر کم از کم ڈیڑھ لاکھ میل سفر کیا۔
جب کہ آج کے کسی مریض کے لیے سیڑھیاں چڑھنا بھی ممکن نہیں ہوتا۔
اس ایک دورے کے بعد حضرت سعدؓ کو کبھی تکلیف نہیں ہوئی۔ ان کو ایک مرتبہ گلے میں سوزش ہوئی جس کے لیے کھجور، جو، ملٹھی اور بہی دانہ کا فریقہ (جوشاندہ) دیا گیا۔
دوسری مرتبہ ان کو خارش ہوئی۔
انہوں نے ایک عام آدمی سے زیادہ عمر پائی اور آخری وقت تک تندرست و توانا رہے۔

دل کے دورہ کے علاج میں نبی ﷺ کے تحائف کی اہمیت اتنی زیادہ رہی ہے کہ علامہ ابن القیم جوزیؒ نے اپنی کتاب میں ایک خصوصی باب یوں رکھا ہے۔

فی هدية ﷺ فی علاج المفئود۔

اطباء قدیم میں بو علی سینا طب نبوی سے زیادہ متاثر رہا ہے۔ ادویہ النبویہ کے تذکرہ میں علماء سے اکثر نے ان ادویہ کے فوائد کے بارے میں بو علی سینا کی رائے کو شامل کیا ہے۔ جس کا مطلب یہ ہے کہ وہ اس کے استعمال میں رہی ہیں اور وہ ان سے واقف تھا۔ انہی سے متاثر ہو کر اس نے ایک کتاب دل کے لیے مفید ادویہ پر مرتب کی ہے۔

الادویۃ القلبیہ۔

دل کی بیماریوں کے علاج میں ادویہ کا استعمال بو علی سینا کی اختراع نہیں۔ اسے بارگاہِ رسالت سے علاج کا اصول سمجھ آگیا۔ اور پھر اس نے دل اور جگر کی اصلاح کرنے والی ادویہ کا سراغ لگالیا۔

دل کے دورہ کا قرآنی سبب

دل کے دورہ اور اس کے ذہنی اسباب کا سراغ قرآن مجید نے مہیا کیا ہے۔ ارشاد ربانی ہے۔

ولقد نعلم انک یضیق صدرک بما یقولون۔ فسبح بحمد ربک وکن من الساجدین۔ واعبد ربک حتی یاتیک الیقین۔ (الحجر۔۹۹۔۹۸۔۹۷)

(ہم جانتے ہیں کہ ان کی گفتگو تمہارے سینے کے اندر کے اعضاء میں گھٹن پیدا کر سکتی ہے۔ تم اپنے رب کی تعریف بیان کرتے اور سجدہ کرتے رہو۔ تم اللہ کی عبادت اس انہماک اور خلوص سے کرو کہ تمہیں اس پر یقین آجائے)۔

اس آیہ مبارکہ میں سینے کے اندر کے اعضاء میں گھٹن یا Spasam کے ایک اہم سبب کی نشان دہی فرمائی گئی ہے۔

"لوگوں کی گفتگو سینہ کے اندر گھٹن پیدا کر سکتی ہے۔"

ہمیں حال ہی میں معلوم ہوا ہے کہ پریشانیاں، تفکرات، ذہنی بوجھ اور صدمات کے نفسیاتی اثرات پھیپھڑوں میں گھٹن پیدا کر کے Psychological Asthma پیدا کر سکتے ہیں۔ اور اس طرح نفسیاتی دباؤ سے بلڈ پریشر اور دل کا دورہ پڑ سکتا ہے۔ قرآن مجید اپنے نبی کو واضح کر رہا ہے کہ ذہنی بوجھ سے سینہ کے اندر کے آلات میں گھٹن پیدا ہو سکتی

ہے۔ وہ اس کا حل یوں بتاتا ہے۔

☆ اس کی تعریف بیان کرتے رہو۔

☆ اس کی عبادت کرتے رہو۔

☆ اس پر یقین کامل رکھو۔

اگر ان تین چیزوں پر خلوص دل سے عمل کیا جائے تو پھر سینہ کے اندر گھٹن پیدا نہ ہوگی۔ اللہ تعالیٰ نے مختصر الفاظ میں دل کے دورہ اور اس کے علاج پر اہم اصول عطا فرمائے ہیں۔

نبی ﷺ نے دل کے دورہ کے علاوہ جسم کے کسی بھی حصہ میں گھٹن کے علاج میں ایک مفید ترکیب عطا فرمائی ہے۔

حضرت ابو ہریرہؓ روایت فرماتے ہیں کہ رسول اللہ ﷺ نے فرمایا۔

اکل التمر امان من القولنج۔ (ابو نعیم)

(کھجور کھانے سے قولنج کی تکلیف نہیں ہوتی)۔

قولنج کو طب میں Colic_____Spasm کہتے ہیں۔ جسم کا ہر وہ حصہ جس میں نالیاں اور ان کے عضلات کو حرکت دینا انسانی اختیار میں نہیں ہوتا۔ Involuntary museles کہتے ہیں۔ ان غیر ارادی عضلات میں جب کوئی چیز پھنس جائے یا تکلیف ہو تو ان میں گھٹن یا قولنج پیدا ہوتا ہے۔ جیسے کہ آنتوں اور پتہ کی نالیاں، گردے، رحم وغیرہ میں جب سوزش یا پتھر موجود ہو تو وہاں پر وقفہ وقفہ کے بعد درد ہوتا ہے۔ جسے قولنج کا دورہ کہا جاتا ہے۔ اس اصول کے مطابق کھجور غیر ارادی عضلات میں قولنج پیدا نہیں ہونے دیتی۔ یا علم الادویہ کے مطابق یہ Anti Spasmodic ہے۔

کھجور کے یہی اثرات، مصلح جگر صلاحیت کو سامنے رکھ کر انہوں نے اسے دل کے دورہ میں استعمال فرمایا۔

قرآن مجید کی مذکورہ آیت دل کے دورہ کے سبب اور اصولِ علاج کا راستہ دکھاتی ہے۔ مگر اس کے ساتھ اس کا اضافی فائدہ یہ ہے کہ مریض اسے صبح شام پڑھے یا تیماردار اسے

پڑھ کر اس پر دم کریں تو وہ دل کے دورہ اور دمہ کی اذیت سے نجات حاصل کر سکتا ہے۔ لیکن اس کے لیے دو اہم شرائط ہیں۔

☆ مریض کے لیے نماز پڑھنا ضروری ہے۔

☆ اسے یقین ہو کہ یہ دعا اسے تندرست کر دے گی۔

باب 23

دل کی بیماریاں اور حمل

Pregnancy & Diseases of Heart

ماں بننا ہر عورت کا حق اور بنیادی جبلت ہے۔ لڑکی جب بالغ ہوتی ہے اور اس کی شادی کا مرحلہ آتا ہے تو اس کے بعد ماں بننا ایک لازمی نتیجہ ہے۔

ماں بننا آسان کام نہیں۔ عورت کے جسم میں پچاسوں تبدیلیاں آتی ہیں۔ کیونکہ اس نے اپنے بچے کو پرورش کرنا ہے۔ بلکہ صحیح معنوں میں خون جگر سے اس کی نمود ہوتی ہے۔ اور وہ اپنے پیٹ میں بچے کو پالنے کے لیے خون دل میں انگلیاں ڈبوتی ہے۔ بچے کا گوشت' پوست' ہڈیاں اور خون ماں کے جسم سے بنتا ہے۔ وہ اپنی غذا آنول کے ذریعہ اپنی ماں سے حاصل کرتا ہے۔ جب کوئی اپنے جسم کا کوئی حصہ کسی کی مجبوری کو دور کرنے کے لیے دیتا ہے۔ جیسے کہ آنکھیں' گردہ' دل اور خون تو اسے تحفہ دینے والا یا Donor کہتے ہیں۔

حیرت کی بات ہے کہ وہ عورت جو بچے کو اپنا پورا جسم، تخلیق کے دوران نو ماہ تک اپنی غذا اور اس کے بعد دو سال تک اپنے خون سے تیار ہونے والا دودھ دیتی ہے اسے کبھی کسی نے Donor قرار نہیں دیا۔ بلکہ اس کی اپنی اولاد نے بھی اس کی اس عظیم جسمانی قربانی کو کوئی اہمیت نہیں دی۔

اسلام دنیا کا پہلا معاشی نظام ہے جس نے ماں کی قربانیوں کو اہمیت دی اور اولاد کو واضح کیا کہ ماں ان کے لیے کیا کچھ کرتی رہی ہے۔ قرآن مجید نے دودھ پلانے کے دو سال کی اہمیت کو علیحدہ سے بیان کر کے ماں کے احسانات گنوائے ہیں۔ نبی ﷺ نے فرمایا کہ جنت ماں کے قدموں کے نیچے ہے۔ کیونکہ وہ بچے کی پرورش کے دوران اپنے جسم پر ہر قسم کے بوجھ برداشت کرتی ہے۔

ماں کے دوران خون پر حمل کے اثرات

حمل ہونے کے بعد ماں کے جسم میں دوران خون پر متعدد اثرات ظاہر ہوتے ہیں۔ ایک اضافی جسم کی پرورش کے لیے اسے مندرجہ ذیل مراحل سے گزرنا پڑتا ہے۔

1- جسم میں دورہ کرنے والے خون کی مقدار میں زچگی کے دن تک بتدریج اضافہ ہوتا رہتا ہے۔

2- اپنی ہر دھڑکن پر دل cc 60 -50 خون جسم کو روانہ کرتا ہے۔ حمل کے دوران اس مقدار میں 40 فیصدی تک اضافہ ہو جاتا ہے۔ اگر دل کی عام رفتار 80 فی منٹ قرار دی جائے تو وہ 4000cc خون فی منٹ پمپ کرتا ہے۔ حمل کے دوران یہ مقدار 6000cc -5000 فی منٹ ہو سکتی ہے۔ یہ رفتار زچگی کے بعد بھی جاری رہتی ہے۔ تقریباً دو ہفتوں کے بعد دل کی رفتار اور اخراج اپنے معمول پر آتی ہے۔

3- زچگی کے 10 -8 ہفتے پہلے نبض کی رفتار میں کافی اضافہ ہو جاتا ہے۔

4- ایک عام تندرست عورت کے بلڈ پریشر میں اکثر ایک ہی تبدیلی ظاہر ہوتی ہے۔ جیسے کہ جن کا پریشر 80 -120 ہو ان کا بالائی پریشر تو تقریباً وہی رہتا ہے لیکن نیچے والا 80 کی جائے 70 ہو جاتا ہے۔ یعنی 70 -120۔

غذا کی کمی اور کمزوری کی وجہ سے دونوں طرف کے پریشر میں کمی آسکتی ہے۔

5- جلد اور پیٹ کے اندرونی اعضاء میں خون کی مقدار اور گردش میں اضافہ ہو جاتا ہے۔ جس سے چہرہ چمکنے لگتا ہے۔ تیسرے مہینے کے بعد گردوں کو جانے والے خون میں بھی اضافہ ہو جاتا ہے جو کہ آخر تک رہتا ہے۔

6- دل کی رفتار میں اضافہ ہو کر معمولی درجے کا اختلاج قلب محسوس ہوتا ہے۔

ایک تندرست دل دو آوازیں پیدا کرتا ہے۔ حاملہ عورتوں کے دل کی آوازوں کو سنیں تو کبھی ایک تیسری آواز بھی سننے میں آجاتی ہے۔

حاملہ عورتوں میں دل کے مسائل

ہم نے دیکھا کہ حمل کے دوران دل، دوران خون بلڈ پریشر اور گردوں میں متعدد طبعی تبدیلیاں واقع ہوتی ہیں۔ یہ تبدیلیاں اس وقت تک برداشت کی جاسکتی ہیں جب کہ دل تندرست ہو اور وہ اس اضافی بوجھ کو اطمینان سے برداشت کر سکے۔

بد قسمتی سے دل میں اگر پہلے سے کوئی خرابی ہو تو حمل کے اضافی بوجھ سے اس خرابی میں خطرناک حد تک اضافہ ہو سکتا ہے۔

دل کی بیماریوں میں -Coronory Thrombosis- Angina Pectoris Mitral Stenosis- Aortic Stenosis- Cardiac Arrythmias کی مریضوں کے علاوہ بلڈ پریشر میں زیادتی کی مریضاؤں کو حمل سے پہلے ڈاکٹر سے مشورہ کرنا چاہئے اور جب وہ حاملہ ہو جائیں تو امراض نسواں کی ماہرین کے علاوہ دل کے ڈاکٹروں سے مسلسل رابطہ رکھیں۔

- ان علامات کے ظاہر ہونے پر دل کے ڈاکٹروں سے رجوع کریں۔

1- سانس چڑھنااور خاص طور پر لیٹنے کے دوران سانس چڑھنا۔

2- اختلاجِ قلب، معمولی حد سے اگر بڑھ جائے۔

3- ٹانگوں اور پیروں پر ورم۔

4- بے ہوشی۔

سانس کی نالیوں میں سوزش، کھانسی، بلغم، زکام کو معمولی نہ سمجھا جائے اور ان کے علاج کا فوری بندوبست کیا جائے۔

خون کی مقدار پر نظر رکھی جائے اگر خون کی کمی (Anaemia) محسوس ہو تو دواؤں اور غذا میں اضافہ کیا جائے۔

جن خواتین کے دلوں میں پیدائشی نقائص ہیں ان کو حاملہ ہونے سے پہلے ان کے اپریشن کروالینے چاہئیں۔ اپریشن اگرچہ حمل کے دوران بھی کیے جاسکتے ہیں۔

لیکن ایک ہی وقت میں دوسری مصیبت گلے لگانے میں کوئی تک نہیں۔ جن کے دل کے عضلات کمزور ہوتے ہیں ان کو زچگی کے دوران Congestive Heart Failure ہو جاتا ہے۔

انتظام ولادت کے اصول

1- مریضہ زیادہ دیر آرام کرے۔ زیادہ چلنے پھرنے اور بسیار خوری سے پرہیز کرے۔

2- بچے کی ولادت اپریشن کے ذریعہ ہونی چاہیے۔

3- اگر اپریشن کا بندوبست نہ ہو سکے تو ولادت کے مرحلہ کو مختصر کرنے کے لیے اوزار استعمال کیے جائیں۔

4- دردوں کو کم کرنے والی ادویہ کے ساتھ آکسیجن مسلسل دی جاتی رہے۔

5- دل میں سوزش سے بچاؤ کے لیے Antibiotics کی بھرپور مقدار زچگی سے

پہلے ہی شروع کر دی جائے اور ولادت کے کم از کم دو دن بعد تک جاری رکھی جائے۔

6- پرسوت کے بخار کی صورت میں دوائی کی نوعیت' مقدار اور عرصہ علاج میں تبدیلی کی جاسکتی ہے۔

طب نبویؐ اور جدید علاج

حاملہ عورت کو ہر مرحلہ پر مختلف طبی مسائل سے گزرنا پڑتا ہے۔ خون کی کمی سے لے کر جسمانی کمزوری تک کے معاملات تو پورے عرصہ تک ان کے رفیق بنتے ہیں۔ لیکن ان کے ساتھ ساتھ بلڈ پریشر' گردوں کی خرابیاں' اختلاج قلب تندرست عورتوں کے لیے بھی مسائل کا باعث بنتے رہتے ہیں۔

یہ درست ہے کہ خواتین ہبوط آدم سے لے کر اب تک حاملہ ہوتی اور بچے پیدا کرتی آئی ہیں۔ قبائلی تہذیب کے دور میں یا جانوروں میں حاملہ کے مسائل اپنے آپ حل ہوتے ہی رہتے تھے۔ پھر آج اس میں ایسا کون سا انقلاب آگیا ہے کہ حاملہ کی خبر گیری اور ولادت کے عمل میں طبی مداخلت کو ضروری قرار دیا جائے؟

حمل کے پہلے عرصہ میں اسقاط کا اندیشہ' اس کے بعد ماں کی موت ایسے مسائل ہیں جن کو حال ہی میں توجہ میسر آئی ہے۔ دیکھا گیا ہے کہ دوران حمل اگر ہونے والی ماں کی صحت پر توجہ دی جائے تو بہت سی خرابیاں پیدا ہونے سے پہلے روکی جاسکتی ہیں۔ مثلاً پیشاب میں اگر البیومن آرہی ہو۔ پیروں میں ورم ہو اور بلڈ پریشر بھی بڑھا ہوا ہو تو زچگی کے فوراً بعد Eclampsia کی بیماری کا اندیشہ ہوتا ہے۔ یہ اگر لاحق ہو جائے تو جان مشکل سے بچتی ہے۔

دل اور گردوں پر اضافی ذمہ داریوں کی وجہ سے خرابیاں پیدا ہو سکتی ہیں۔ جن کا قبل از وقت بڑی خوش اسلوبی سے تدارک کیا جاسکتا ہے۔ ہزاروں خواتین ہر سال زچگی کے

ہر حلے سے جانبر نہ ہو سکتی تھیں۔ پاکستان میں پیدا ہونے والے ہر 1000 بچوں میں سے ہر سال 135 ایک سال کی عمر سے پہلے فوت ہو جاتے تھے۔ موت' پیدائش اور امراض کے پھیلاؤ کا شعبہ جب ہماری نگرانی میں تھا تو W.H.O. کے تعاون سے اس باب میں اسباب کی تلاش کے لیے سروے کیے گئے۔ اور ہم نے بچوں کی اموات کے ایک بڑے سبب Teta-nus کو روکنے کے لیے حاملہ عورتوں کو T.T کے ٹیکے لگانے شروع کیے۔ اور اب اللہ کے فضل سے لاہور میں اموات کی یہ شرح 135 سے کم ہو کر 40 کے قریب رہ گئی ہے۔

پیٹ میں بوجھ' بیزاری اور بھوک کی کمی کی وجہ سے قبض کی تکلیف عام ہے۔ اسی کے باعث بعد میں بواسیر اور پیٹ کی دوسری بیماریاں ہوتی ہیں۔ جلاب کی اکثر دوائیں پیٹ کو خراب کرتی ہیں یا وہ اسقاط حمل بھی کر سکتی ہیں۔ اس لیے ضروری ہے کہ حاملہ عورتوں کے لیے کوئی محفوظ مسہل تلاش کیا جائے۔

طب نبویؐ نے ہمیں جو کے دلیا کی صورت میں ایک یقینی' محفوظ اور طاقت دینے والی خوراک میسر ہے۔

جو کا دلیا اجابت کو با قاعدہ اور آسان بنا دیتا ہے۔ پیٹ سے تیزابیت کو دور کرتا ہے۔ بھوک لگاتا ہے۔ گردوں کو صاف کرتا ہے۔ خون کی نالیوں کو صاف کرتا ہے۔ دل پر سے بوجھ اتارتا ہے۔ بلڈ پریشر کو کم کرتا ہے۔ اور اگر البیومن آ رہی ہو تو اس کا علاج' دلیا کے استعمال سے ورم اتر جاتے ہیں۔ جسم کو تقویت حاصل ہوتی ہے اور دوران حمل کے اکثر مسائل سے بچانے کے علاوہ ان کا علاج بھی ہے۔

نبی ﷺ کے نسخہ کے مطابق جو کا دلیا پکا کر اس میں چینی کی بجائے شہد ڈالا جائے۔

محدثین نے "تلبینہ" کی تشریح میں اسے شہد اور دودھ سے پکایا گیا بیان کیا ہے۔

ہمارے تجربات کے مطابق جو پہلے پانی میں پکا کر گلا لیے جائیں۔ پھر ضرورت کے مطابق دودھ ڈالا جائے۔ کھیر کی طرح اس مرکب کو پیالہ میں ڈال کر ذائقہ کے مطابق شہد ڈالا جائے۔ چولہے پر شہد ڈال کر پکانے سے شہد کے بہت سے فوائد ضائع ہو جاتے ہیں۔

نبی ﷺ بنیادی طور پر گرم گرم کھانے کو ناپسند فرماتے تھے۔ لیکن اپنے اہل خانہ میں سے اگر کوئی بیمار ہوتا تھا تو اسے جو کا دلیا گرم گرم کھلاتے تھے۔ حضرت عائشہ صدیقہؓ کی ایک روایت کے مطابق دلیے کی ہنڈیا اس وقت تک چولہے پر مسلسل چڑھتی رہتی تھی۔ جب تک کہ بیماری موجود رہے۔

حاملہ کے دل گردوں اور جسم کو تندرست رکھنے کے لیے شہد ایک نعمت ہے۔ اگر وہ جنگلی ذرائع سے حاصل کیا گیا ہو تو اضافی وٹامن دینے کی ضرورت بھی نہیں رہتی۔ شہد کی کچھ مقدار جو کے دلیا کے ذریعے جسم میں داخل ہو جائے گی۔ اگر کمزوری یا دوسرے مسائل موجود ہوں تو شہد کو ابلے پانی میں حل کر کے عصر کے وقت پیا جائے۔ کھانسی' زکام کی صورت میں یہ گرم گرم پیا جائے۔

دل کے دورہ میں علاج نبویؐ

طبِّ نبویؐ

طب کی تاریخ میں نبی ﷺ کا اسم گرامی سنہری حروف میں جگمگاتا رہے گا کہ انہوں نے دل کے دورہ کے پہلے مریض کی تشخیص فرمائی اور اس کا شافی علاج کیا۔ ان سے دل کی بیماریوں کی اہمیت سیکھ کر ان کے عقیدت مندوں نے طب کے علم میں شاندار کارنامے انجام دیئے اور عرب اطباء کے بعد اندلس اور مسلمان اطباء نے علم طب میں کمالات کے ساتھ ساتھ دل کی بیماریوں پر مزید تحقیقات کیں اور دل کے مسائل پر مبسوط کتب تصنیف کی۔

دل کی بیماریوں سے بچاؤ

ہم روزانہ دیکھتے ہیں کہ ایک کمزور شخص جس کے پاس گھی کھانے یا آرام طلبی کی گنجائش ہی نہیں دورے میں مبتلا ہوتا ہے۔ دل کے ایک ہسپتال کے وارڈ میں 62 مریض داخل تھے۔ جن میں سے سگریٹ پینے والے صرف 4 نکلے اس سے تو یہ الٹ نتیجہ نکلتا ہے کہ سگریٹ نہ پینے سے دل کے دورے کے امکانات بڑھ جاتے ہیں۔

انہوں نے صحت اور تندرستی کی بہترین مثال ایک صحت مند زندگی گذار کر دکھائی ان کی زندگی کے 23 سالوں میں لوگ صبح۔ شام۔ ان کے ارد گرد رہے۔ ان کو کھاتے پیتے۔ چلتے پھرتے دیکھتے رہے اور اس پورے عرصہ میں جنگیں لڑنے اور مجروح ہونے کے باوجود وہ ایک روز بھی صاحب فراش نہ رہے۔ ان کے جسم میں بیماری کا مقابلہ کرنے کی زبردست صلاحیت کے علاوہ بھرپور توانائی بھی تھی قرآن مجید نے نبی ﷺ کے علم اور قابلیت کے بارے میں ارشاد فرمایا ہے۔

وانزل اللہ علیک الکتاب و الحکمۃ وعلمک مالم

تکن تعلم۔(النساء113)

(ہم نے تم کو کتاب اور حکمت عطا کر دی ہے۔اور ہر وہ علم سکھادیا ہے

جو تم کو پہلے سے نہ آتا تھا)

پہلے قرآن مجید ان کی علمی اور طبی صلاحیت کی تصدیق کرتا ہے۔ پھر ارشاد فرماتا ہے کہ

”وہ اپنی طرف سے کچھ نہیں کہتے۔وہ جو کچھ بھی کہتے ہیں وہ وحی الہی

کے نتیجہ میں کہتے ہیں“

یہ بنیادی حقیقت ہے کہ اللہ تعالیٰ ہر چیز پر قادر ہے۔وہ ہر چیز کو جانتا اور حکمت والا ہے۔روزی دینا اور بیماری سے نجات دینا اس کی صفات ہیں۔اس کے صفاتی ناموں میں علیم۔حکیم۔شافی۔کافی۔محی،ممیت شامل ہیں۔

جب قرآن مجید واضح کرتا ہے کہ اللہ نے اپنے نبی کو تمام علوم و فنون سکھا دیئے ہیں تو پھر اپنے طبی مسائل کے حل کیلئے ان کی طرف رجوع کرنا ایک مفید طریقہ ہے۔

دل کی بیماریاں ہمارے لئے جان جوکھوں کا کام بن گیا ہے۔ان سے نجات تلاش کرنے کیلئے اس بارگاہ سے رابطہ کریں تو قرآن مجید اپنے آپ کو یقین رکھنے والوں کیلئے شفا کا مظہر قرار دیتا ہے پھر اپنی ایک صفت بتاتا ہے کہ

قد جاء تکم موعظۃ من ربکم وشفاء لما فی صدور(57یونس)

(تمہارے پاس تمہارے رب کی طرف سے ہدایت کا ایک سرچشمہ آیا

ہے۔جس میں سینہ کے مسائل سے شفا ہے۔)

قرآن مجید بار بار خوشخبری دیتا ہے کہ وہ شفا کا مظہر ہے۔وہ سینہ کے مسائل کا حل عطا کرتا ہے۔اس لئے اس جانب توجہ دینا صحیح راستہ ہے۔

عملی طب

1۔ کھانااس وقت کھایا جائے جب بھوک لگی ہو۔

2۔ صبح کا ناشتہ جلد کیا جائے۔

3۔ رات کا کھانا کسی صورت میں ملتوی نہ کیا جائے۔اسے اول وقت میں کھایا جائے۔

4۔ کھانا کھانے سے پہلے ہاتھ دھوئے جائیں۔ ناخن کٹے ہوں ہاتھ دھونے کے بعد تولیہ استعمال نہ کیا جائے۔

5۔ کھانا صاف ستھرا ہو۔اسے ڈھانپ کرر کھا گیا ہو تا کہ اس پر مکھی نہ بیٹھ سکے۔

6۔ گوشت کھانوں کا سردار ہے۔لیکن وہ معمولی مقدار میں کھایا جائے۔

7۔ کھانے میں سبزیاں اور خاص طور پر کدو کے خاندان کی سبزیاں جیسے کھیرا۔ ٹینڈے۔لوکی۔ حلوہ کدو وغیرہ زیادہ مقدار میں استعمال کئے جائیں۔

8۔ بھوک اگر کم ہو تو کھانے سے گھنٹہ بھر پہلے تربوز یا خربوزہ کھایا جائے۔

9۔ چکنائیوں سے پرہیز کیا جائے۔ اگر دودھ کو بطور مفرح مشروب (Beverage) استعمال کرنا ہو تو اس میں پانی ملالیا جائے۔ بہت نرم کھانا نہ کھایا جائے۔

10۔ کھانا اپنے سامنے سے کھایا جائے۔

11۔ کھانا کھاتے وقت جب ایک تہائی (1\3) بھوک باقی رہ جائے تو کھانا بند کر دیا جائے۔ کیونکہ انسان نے اپنے پیٹ سے زیادہ بڑا برتن کبھی نہیں بھرا۔

12۔ کھانا کھانے کے بعد ہاتھ دھوئے جائیں اور منہ میں پانی ڈال کر کلی کی جائے۔ اگر دانتوں میں غذا پھنس گئی ہو تو کسی کڑوی لکڑی کی سلائی سے خلال کیا جائے۔

13۔ جسم پر جمع ہونے والی چربی اور آرام طلبی سے عضلات میں پیدا ہونے والی تھکن کو دور کرنے کیلئے روزے رکھے جائیں۔

روزہ کھولنے کیلئے جو کے ستو یا کھجوریں ہوں۔ پاکستانیوں کی عمومی افطاری کے سموسے۔ دہی بڑے روزے کے مقصد کے خلاف ہیں۔

دل کی بیماریوں کا عمومی تعلق خوراک سے ہے۔ صاف ستھری خوراک اگر پیٹ بھر کر نہ کھائی جائے تو دل کا دورہ پڑنے کا احتمال برائے نام رہ جائے گا۔ اس کے علاوہ

14۔ رات جلد سویا جائے۔ اور صبح جلد اٹھا جائے۔

15۔ رات کے کھانے کے بعد چہل قدمی ضروری ہے۔

نبی ﷺ نے دل۔ دماغ اور جسم کی صحت کیلئے ایک شاندار راستہ دکھایا ہے۔

منشیات سے مکمل اجتناب کیا جائے۔

باب 24

اسلام کی تعلیمات ہمارے فائدے کے لیے ہیں۔ نبی ﷺ جو کچھ بھی فرماتے تھے وہ دوسروں کی بہتری کے لیے ہوتا تھا۔ نماز' روزہ اور حج کے روحانی ہی نہیں بلکہ معاشی، سماجی، جسمانی فوائد بھی ہیں۔ اس لیے جب وہ کسی چیز کی تعریف فرماتے تھے تو وہ ہمیں اس کے اہمیت سے فائدہ اٹھانے کا راستہ دکھاتے تھے۔ مثلاً کلونجی کے بارے میں ان کا ارشاد گرامی ہے۔

''ان کالے دانوں میں تمہارے لیے موت کے علاوہ ہر بیماری سے شفا ہے۔''

پیٹ کی بیماریوں میں تو یہ حکیم جالینوس کی پسندیدہ دوا تھی۔ مگر جدید تحقیقات سے یہ معلوم ہوا ہے کہ کلونجی کھانے سے خون کی نالیوں پر جمی ہوئی آلائشیں اتر جاتی ہیں۔ یہ خون میں پائے جانے والے ناپسندیدہ عناصر کو دور کرتی ہے۔

انہوں نے غذاؤں میں جو کا دلیا' انار' بہی' کدو' کھجور' تربوز' انجیر وغیرہ کی دل کی بیماریوں میں تعریف فرما کر ہمیں علاج کے راستے دکھائے ہیں۔ اور اگر بات ہمارے لیے پھر بھی واضح نہ ہوتی ہو تو انہوں نے دورے کے ایک مریض کا خود علاج فرما کر ہمارے لیے شفا کا راستہ اور اس کے بعد بھی ہمیں Bye Pass اپریشن کی ضرورت پڑے تو یہ کفران نعمت

ہے۔

ان کے ارشادات گرامی کی روشنی میں ہم نے پچھلے 15 سالوں سے دل کے بیماروں کا یہ علاج کیا ہے۔ بیماریاں اللہ کی طرف سے آتی ہیں۔ اور وہی ان سے شفاء بھی دیتا ہے۔ اس لیے کوئی بھی معالج کسی علاج کی کامیابی کا دعویٰ نہیں کر سکتا۔ کیونکہ شفاء تو اوپر سے آتی ہے۔ اور اوپر والا ہر فیصلہ اپنی مرضی اور مصلحت سے کرتا ہے۔ لیکن اس علاج کو چونکہ اس کی بارگاہ سے سند حاصل ہے۔ اس لیے اسے یقینی اور شافی قرار دیا جاسکتا ہے۔ یہ حقیقت ہے کہ ہر مریض بفضل الٰہی شفایاب ہوا اور کسی کو اپریشن کی ضرورت نہیں پڑی۔ نسخہ یہ ہے۔

انت الرفیق و اللہ الطبیب

1- نہار منہ بڑا چمچ شہد۔ پانی میں حل کر کے۔ اور اس کے ساتھ سات کھجوریں اور ان کی گٹھلیاں پیس کر۔

2- ناشتہ میں جو کا دلیا۔ جس میں چینی کی جگہ شہد ڈالا گیا ہو۔

3- کمزوری اگر زیادہ ہو تو بڑا چمچہ شہد اُبلے ہوئے پانی میں۔ عصر کے وقت۔

4- کلونجی 70 گرام۔

تخم کاسنی 05 گرام۔

میتھرے 05 گرام۔

قسط شیریں 10 گرام۔

برگِ حنا 05 گرام۔

حب الرشاد 05 گرام۔

ان ادویہ کو پیس کر چھان کر ملالیں۔ چھوٹا چمچ، صبح۔ شام۔ کھانے کے بعد۔

نسخہ کا تجزیہ

ا۔ نبی ﷺ نے دل کے دورہ کے علاج میں مدینہ منورہ کی عجوہ کھجور تجویز اور استعمال فرمائی ہے۔ یہ کھجور ہر مریض کے لیے ہر وقت دستیاب نہیں ہو سکتی۔ اس لیے ابتدا میں بازار میں ملنے والی کھجور سے علاج شروع کر دیا جاتا ہے۔ اور مدینہ منورہ سے عجوہ منگوانے کی کوشش شروع کر دی جاتی ہیں۔

اکثر مریضوں کا مسئلہ مقامی کھجوروں سے ہی حل ہو جاتا ہے۔ کبھی کبھی بات کہیں اڑ جاتی ہے۔ ویسے بھی مسئلہ عجوہ کے بغیر حل نہیں ہوتا۔

ایک اردو اخبار کے کاتب صاحب کو دل کا دورہ پڑا۔ میں نے مقامی کھجوروں سے علاج کیا۔ دورہ ختم ہو گیا۔ ECG بھی نارمل ہو گئی۔ لیکن ان کو دفتر کی سیڑھیاں چڑھنے میں سانس چڑھ جاتا تھا۔

ایک روز سڑک پر تیز رفتاری سے جاتے مل گئے۔ ان سے کہا گیا کہ وہ زیادہ مشقت نہ کیا کریں۔ وہ میری بے وقوفی پر ہنس پڑے اور کہا کہ دل والی بات ختم ہو گئی۔

انھوں نے بتایا کہ کسی نے ان کو مدینہ منورہ سے دو کلو عجوہ کھجوریں لا کر دی تھیں۔ انھوں نے اسے کھایا تو دل کا مسئلہ ختم ہونے کے ساتھ جسم میں اتنی توانائی آ گئی کہ اب وہ دفتر کی سیڑھیاں ایک سانس میں چڑھنے کے ساتھ اپنے گھر سے دو میل دور دفتر پیدل آتے جاتے ہیں۔

ب۔ کھجوروں کی جگہ بہی کا مربہ بھی استعمال کیا جا سکتا ہے۔ امام ابن القیمؒ نے بہی کو شہد میں پکا کر مربہ بنانے کی ترکیب بتائی ہے۔ جن مریضوں کی چھاتی میں بوجھ زیادہ تھا۔ ان کو ابتدا میں شہد میں بنایا گیا بہی کا مربہ دیا گیا۔ پندرہ دن کے علاج سے چھاتی سے بوجھ اتر گیا اور سانس کی نالیاں کھولنے والی Angised وغیرہ گولیوں کی

ضرورت ختم ہو گئی۔ یہ علاج ان مریضوں کے لیے زیادہ مفید رہا جن کے پیٹ میں سوزش بھی تھی۔

متعدد احادیث سے کھجور کو نہار منہ دینے کی ہدایات ملتی ہیں۔ بہی کے بارے میں بھی نہار منہ ہی کی تلقین فرمائی گئی۔ اس لیے کھجوریں یا بہی کا مربہ صبح نہار منہ دیا گیا۔

پاکستان میں لوگوں کو بہی سے کوئی خاص دلچسپی نہیں رہی۔ اس لیے بہی کا پھل فراوانی سے نہیں ملتا۔ اسلامیہ کالج ریلوے روڈ لاہور کے پارک میں بہی کے دو تین درخت تھے اور خوب پھل دیتے تھے۔ اب وہ بے کار سمجھ کر کٹوا دیئے گئے ہیں۔

پھل کی منڈیوں میں شمالی علاقوں سے بہی ستمبر کے مہینہ میں آتی ہے اور دسمبر تک ملتی ہے۔ ضرورت مند حضرات کو اس دوران بہی لے کر اس کا شہد میں مربہ بنا لینا چاہیئے۔ بہی کا یہ مربہ معدہ اور آنتوں کے زخموں Peptic Ulcers میں بھی بہت مفید ہے۔

ج۔ نبی ﷺ نے جو کے دلیا میں شہد ڈال کر اسے تلبینہ کا نام دیا ہے اور اسے دل کی ہر بیماری میں تیر بہدف قرار دیا ہے۔ اس لیے نسخہ میں اس دلیا کی شمولیت باعث برکت ہونے کے علاوہ جدید مشاہدات کے مطابق خون سے Triglycerides اور Cholestrol کو کم کرنے میں بڑا مفید پایا گیا۔

جو کا دلیا بازار میں عام مل جاتا ہے۔ اسے پانی میں پکا کر گلا لیا جائے پھر تھوڑا سا دودھ ملا کر تیار کر لیں۔ اس میں چینی کی جگہ شہد ڈالا جائے اور شہد چولہے پر نہ ڈالا جائے۔ بلکہ کھاتے وقت ذائقہ کے مطابق ڈالا جائے۔

طبیعت اگر زیادہ خراب ہو اور بھوک ٹھیک سے نہ لگتی ہو تو یہ دلیا دن میں 3 -2 بار بھی کھایا جا سکتا ہے۔

د۔ کمزوری کے لیے شہد قرآن مجید کا تحفہ ہے۔ یہ خون کی نالیوں کو کھولتا ہے۔ اعصاب کو طاقت دیتا' اور دل کے عضلات پر سے بیماری کے اثرات کو اتارتا ہے۔ اس لیے دن میں شہد کے 3 -2 بڑے چمچے ایسے وقت میں لینے مفید ہوں گے جب پیٹ خالی ہو۔

س۔ نسخہ کی ہر دوائی کو بارگاہ نبوتؐ سے افادیت کی سند حاصل ہے۔ یونانی ادویہ پر تحقیق کرنے والے بھارتی اداروں نے کلونجی' کاسنی' قسط شیریں اور میتھی کے بیجوں کو بڑا مفید قرار دیا ہے۔

روحانی علاج

یہ ایک مسلمہ حقیقت ہے کہ قرآن مجید شفاء کا مظہر ہے۔ نبی ﷺ نے فرمایا۔

خیرالدواء القرآن۔

"قرآن بہترین دوا ہے۔"

قرآن نے اپنے آپ کو سینہ کے تمام مسائل کے لیے شفاء قرار دیا ہے۔ بزرگان سلف نے سورۃ الحجر کی 99- 98- 97 آیات کو دل کی بیماریوں کے لیے خصوصی طور پر مفید قرار دیا ہے۔

حضرت مولانا سید معین الدین لکھوی کے مشورہ پر ہم نے اپنے دل کے ہر مریض کو یہ آیات صبح' شام' تین مرتبہ پڑھنے کی ہدایت کی۔

ولقد نعلم انک یضیق صدرک بما یقولون۔ فسبح بحمد ربک وکن من الساجدین۔ واعبد ربک حتیٰ یاتیک الیقین۔ (الحجر: ۹۹-۹۷)

"یہ بات جان لی جائے کہ کہنے والوں کی باتیں تمہارے سینے کی اندر کی چیزوں میں گھٹن پیدا کر سکتی ہیں۔ تم اللہ کی تسبیح بیان کرتے رہو۔ اور

نماز پڑھتے رہو۔ لیکن اللہ کی عبادت یقین اور اعتقاد کے ساتھ کرتے رہو۔"

اس آیت کریمہ میں سینہ کی گھٹن سے محفوظ رہنے کی تین شرائط بتائی گئی ہیں۔

1- اللہ کی تسبیح کرتے رہیں۔ اور اس کی تعریف کریں۔ سبحان الله و بحمده بار بار پڑھا جائے۔

2- نماز باقاعدہ پڑھی جائے۔

3- یہ عمل کرتے وقت یہ یقین ہو کہ اللہ ضرور شفاء دے گا۔

مریض کو چاہیے کہ وہ صبح' شام قرآن مجید کی یہ تین آیات اول و آخر درود شریف کے ہمراہ تین مرتبہ پڑھ کر اپنے اوپر دم کرلے۔ حالت خراب ہو تو کوئی عزیز یا دوست ان کو پڑھ کر مریض کی چھاتی پر ہاتھ پھیرتے ہوئے دم کر سکتا ہے۔

یہ علاج بارگاہ رسالت سے میسر ہے۔ اس کی ناکامی کا کوئی امکان نہیں۔ اس لیے یقین اور اعتماد کے ساتھ کریں۔ اور دل پر سے دورہ کی دہشت اتار دیں۔

باب25

دل'خوف'اضطراب
ذہنی مسائل اور اسلام

غم'فکر' پریشانی اور مایوسیاں انسانی زندگی کا حصہ ہیں۔ کبھی حالات ایسے ہوتے ہیں کہ کسی انسان کو پریشانیاں اور پشیمانیاں پیش آتی رہتی ہیں۔ ایک مصیبت ختم ہوتی ہے تو دوسری عذاب جان بن جاتی ہے۔ اس کے لئے رات کی نیند یا سکون مفقود کر دیتی ہے۔ کچھ لوگ ایسے ہیں جو مصیبت اور رنج کا اثر کچھ زیادہ ہی لیتے ہیں۔

سعادت حسن منٹو نے ایک جگہ لکھا ہے کہ مسائل سے مسائل پیدا ہوتے ہیں۔ جیسے کہ رات کو مچھر دانی میں اگر ایک مچھر گھس آئے تو سونے والے کی نیند اور سکون کو وہ اکیلا مچھر غارت کر سکتا ہے۔

پہلے مچھر کو اس بند جگہ سے نکالنے اور پھر آئندہ سے آنے والے دوسرے مچھروں کو روکنا اچھی خاصی مصیبت بن جاتے ہیں۔ اسی طرح ایک سے دوسری بات جنم لیتی رہتی ہے اور اس کا اثر قبول کرنا اور اثر کی شدت ہر شخص کے لئے مختلف ہے۔

اگر ہم ٹیکہ لگانے کے عمل کو تکلیف کا معیار قرار دیں تو کچھ لوگ ایسے ہوں گے جو بازو ننگا کر کے آرام سے سوئی کی چبھن قبول کرتے اور صبر کر کے چلے جاتے ہیں۔ جبکہ کچھ

ایسے ہیں کہ گھر سے نکلتے ہی تذبذب میں مبتلا ہوتے ہیں۔ ڈاکٹر کی دوکان تک چہرہ زرد ہو جاتا ہے۔ نبض تیز چل رہی ہوتی ہے۔ ہاتھوں میں کپکپاہٹ کے بعد سوئی کی شکل دیکھتے ہی درد کا احساس شروع ہو جاتا ہے ایک آدھ چیخ بھی نکل سکتی ہے۔

جسم میں سوئی کے داخل ہونے کی تکلیف کے معیار کو سامنے رکھیں تو ہر شخص کا رد عمل مختلف نظر آتا ہے اور اسی طرح زندگی کے مسائل سے دوچار ہونے پر ان کو محسوس کرنا یا محسوس کرتے رہنا ہر فرد کی علیحدہ خاصیت ہے۔ دکھ درد، پریشانی اور ذہنی صدمات ہر شخص کو بھگتنے ہیں۔ کسی نے بات کو آئی گئی کر کے بھلا دیا اور کوئی ان کو دل سے لگا کر بیٹھ گیا۔

حادثات اور اموات ہر علاقہ میں ہوتے ہیں۔ کچھ خواتین جب کسی مصیبت کو دیکھ لیتی ہیں تو وہ اس کے اہل خانہ سے بھی زیادہ رنج کا مظاہرہ کرتی ہیں۔ لاہور کے فلمی حلقوں میں یہ تاثر عام ہے کہ جس فلم کو عورتیں پسند کریں وہ کامیاب ہو جاتی ہے۔ اکثر عورتیں جب فلم دیکھ کر نکلتی ہیں تو ان کی آنکھیں رو رو کر سرخ ہو چکی ہوتی ہیں اور وہ اپنے آپ کو فلم کی کہانی کے ساتھ متاثرہ کردار کے طور پر شامل کر کے ان کے رنج والم میں برابر کی شریک بن جاتی ہیں۔

مارکیٹ میں کمی بیشی ہوتی رہتی ہے اور اونچ نیچ کاروبار کا لازمی حصہ ہے۔ اس اتار چڑھاؤ سے کچھ لوگوں کو فائدہ ہوتا ہے اور کچھ کو نقصان۔ ایسے تاجروں کی کوئی کمی نہیں جن کی خوشی اور غم مارکیٹ کے نرخوں سے وابستہ ہو جاتے ہیں۔ چونکہ اتار چڑھاؤ ہی مارکیٹ کی خصلت ہے اس لئے جنھوں نے اپنے ذہن کے آرام اور سکون کو اس سے وابستہ کر لیا ہے بے سکونی ان کے نصیب میں مستقل لکھی جاتی ہے دیکھا گیا ہے کہ بڑے بڑے کاروباری حضرات جب آپس میں ملتے ہیں تو بازار کی صورتحال کے ساتھ اپنی بیماریوں کا تذکرہ نہیں بھولتے۔ ذہنی دباؤ اور بے سکونی کے لئے ہر بڑے آدمی نے تو کچھ گولیاں اپنے اوپر لازم کر لی ہیں۔ ان کی زندگی میں گولی کھائے بغیر سونے کا کوئی تصور نہیں۔

سوال پیدا ہوتا ہے کہ کیا گولیاں کھانے سے پریشانی ختم ہو جاتی ہے؟ اگر کسی شخص نے کسی کمپنی کے ہزاروں حصے خرید کر رکھ لئے اور چند دنوں میں ان حصص کی قیمتیں

گرنی شروع ہو گئیں تو اس کا بلڈ پریشر گر جائے گا یا بڑھ جائے گا۔ بازار حصص سے آنے والی ہر نئی خبر کے بعد ان کی نیند اڑ جاتی ہے۔ چونکہ سر میں بوجھ ہوتا ہے اس لئے بلڈ پریشر دکھانا ضروری ہو جاتا ہے۔ بلڈ پریشر کا ہر ملاحظہ دہشت میں ایک اور قدم کا اضافہ کر دیتا ہے اور یوں سکون آور یا خواب آور گولیاں کھانا ایک ضرورت بن جاتا ہے۔ گولی کھائی نیند آ گئی یا گھبراہٹ میں کمی آ گئی۔ لیکن یہ تو ایک مسلسل عمل ہے۔ پریشانی اور اضطراب روز مرہ کا معمول ہیں اور حساس لوگوں کی پریشانیاں ان کا پریشر بڑھا دیتی ہیں یا نیند اڑ جاتی ہے۔ ایسے واقعات کی بھی کمی نہیں جب لوگوں نے کاروباری نقصانات کے صدموں کے بعد خودکشی کر لی یا اخبار میں بھاؤ گرنے کی خبر نے ان لوگوں کو دل کے دورے میں مبتلا کر دیا۔

جب ان لوگوں کی دولت بڑھتی ہے تو وہ اتراتے ہیں۔ ہاتھوں میں سونے کی انگوٹھیاں' گلے میں سونے کی چین۔ قمیضوں پر سونے کے بٹن اب تاجروں کی پہچان بن گئے ہیں۔ حالانکہ ہمارے مذہب نے مردوں کے لئے سونا پہننا حرام کر دیا ہے۔ وہ اپنی امارت کے اظہار میں کبھی ایک اور بیوی یاداشتہ رکھ کر اپنے لئے نئے مسائل کا سامان کرتے ہیں اور کبھی اظہار امارت میں جسمانی استعداد سے زیادہ خوراک کھا کر اسے ضائع کرتے ہیں۔

جن کی ساری زندگی مسرتیں اور رنج والم بازار کے بھاؤ پر منحصر ہیں ان کے لئے قرآن مجید نے ایک بڑے کام کی ہدایت عطا فرمائی ہے۔

لکیلا تا سوا علیٰ مافاتکم ولا تفرحوا بما اٰتکم۔ واللہ
لا یحب کل مختال فخور (الحدید۔ ۲۳)

(جو چلا گیا اس پر پچھتاؤ نہیں۔ اور جو آ گیا اس پر اتراؤ نہیں۔ اللہ غرور کرنے والوں کو پسند نہیں کرتا۔)

منشیات سے علاج

طبیعت کا ہیجان اور اضطراب میں مبتلا ہونا ایک اضطراری کیفیت ہے۔ اس سے

مختصر عرصہ میں نکل جانایااس کو اتنی اہمیت نہ دینا کہ وہ جسمانی نظام کو متاثر کرے کمال ہے ایسا کمال معمولی کوشش سے پیدا کیا جاسکتا ہے۔ سکون آور گولیاں وقتی فائدہ دیتی ہیں۔ ان کے بار بار کے استعمال سے ذہن کند ہو جاتا ہے۔ فوری فیصلہ کرنے کی صلاحیت ختم ہو جاتی ہے۔ جنسی طاقت ختم ہو جاتی ہے۔ بعض لوگ پریشانیوں کو شراب میں ڈبو کر "غرق" کر دینے کی خوش فہمی کا شکار ہوتے ہیں۔ سکون آور ادویہ کی طرح اس کے اپنے نقصان ہیں۔ وہ لوگ جو اپنے آپ کو Casual Drinkers کہتے ہیں کم مقدار کے باوجود اس کے برے اثرات کا شکار ہوتے ہیں۔ شراب کی کم سے کم مقدار بھی دماغ کے خلیوں کو ختم کرسکتی ہے اور بادہ نوشی ترک کرنے کے باوجود یہ خلیے دوبارہ پیدا نہیں ہوتے۔ یہ جگر کو خراب کرتی ہے۔ معدہ میں سوزش پیدا کرتی ہے اور اعصابی کمزوریوں کا باعث ہوتا ہے۔ خون کی نالیوں کو موٹا کرنے کے بعد دل کی بیماریوں کی راہ ہموار کرتی ہے۔ ماہرین اعصاب اس امر پر متفق ہیں کہ شراب ہر حالت میں جسم کے لئے زہر ہے اور اسے ترک کرنا ہی تندرستی کا باعث ہو سکتا ہے۔ اگر کوئی اس غلط فہمی میں مبتلا ہے کہ وہ پی کر اپنے مسائل کو بھول سکتا ہے تو وہ احمقوں کی جنت میں ہے۔

عہدِ نبوتؐ میں ایک حکیم نے نبی ﷺ سے اس بارے میں سوال کیا۔ طارق بن سوید الحضرمیؓ بیان کرتے ہیں۔

انه سال النبي صلى الله عليه وسلم عن الخمر۔ فنهاه او كره ان يصنعه۔

فقال' انما اصنعها للدواء۔ فقال "انه ليس بدواء۔ ولكنه داء" (مسلم - ترمذی' ابو داود)۔

میں نے نبی صلی اللہ علیہ وسلم سے شراب کے بارے میں پوچھا۔ انہوں نے اس کے بارے میں منع فرمایا یا انہوں نے اسے تیار کرنے کی بھی ممانعت فرمائی۔ میں نے کہا کہ میں تو اسے بیماریوں کے علاج میں بطور دوا استعمال کرتا ہوں۔

آپ نے فرمایا۔ "یہ ہرگز دوائی نہیں ہے۔ یہ تو بذات خود ایک بیماری ہے۔"

یہ ارشاد گرامی صرف شراب کے بارے ہی نہیں بلکہ خمر سے مراد ہر نشہ آور چیز ہے۔ اگرچہ لغت کی رو سے بھی منشیات کی ہر شکل خمر ہے۔ لیکن اس مسئلہ کی وضاحت احادیث سے میسر ہے۔ حضرت عائشہؓ روایت فرماتی ہیں کہ نبی ﷺ نے فرمایا۔

کل مسکر حرام' وما اسکر الفرق فمل' الکف منه حرام۔

(ترمذی۔ ابوداؤد)

یہی ارشاد گرام دوسری روایات میں یوں وضاحت سے بیان ہوا ہے۔

کل مسکر حرام۔ و قلیله حرام و کثیره حرام۔

(ہر نشہ آور چیز حرام ہے۔ نشہ آور چیز کی تھوڑی مقدار بھی حرام ہے اور زیادہ بھی حرام ہے)

الخمر ما یتخامر العقل

ہر وہ چیز جو عقل پر پردہ ڈال دے وہ خمر ہے۔

علم الامراض کے آج کے ماہرین اس امر پر متفق ہیں کہ شراب پینے والے کو اگر نمونیہ یا کوئی بھی شدید سوزش ہو جائے تو الکحل کی موجودگی جسم کے دفاعی نظام کو مفلوج کر دیتی ہے۔ پہلے زمانہ میں زکام اور انفلوئنزا کے مریضوں کو برانڈی پلائی جاتی تھی۔ ہم نے ہسپتالوں کے وارڈوں میں برانڈی کی بوتلیں استعمال ہوتی خود دیکھیں ہیں لیکن تجربات اور مشاہدات نے یہ ثابت کر دیا ہے کہ برانڈی دینے سے مرض بڑھتا ہے اور بیماری کا عرصہ بڑھ جاتا ہے۔ ہم نے نمونیہ کے مریضوں کو برانڈی پی کر مرتے ہوئے اپنی آنکھوں سے دیکھا ہے۔

علم طب پر نبی ﷺ کو جو دسترس حاصل تھی اس کا اندازہ صرف اس مسئلہ سے لگایا جا سکتا ہے۔ انہوں نے اسے کسی بھی بیماری کے لئے دوا تسلیم کرنے سے انکار فرما دیا اور

ان کے بعد جس کسی نے اسے دوا کے طور استعمال کیا اسے آخر کار اپنی حماقت کا احساس ہوا۔

بقراط نے بیماریوں کے اسباب کا تذکرہ کرتے ہوئے کہا تھا۔

”شراب کے اثرات میں سب سے نمایاں چیز اس کے دماغ اور اعصاب پر برے اثرات ہیں۔ یہ ان کو خراب کرتی ہے۔ یہ جسم کی اخلاط کو خراب کرتی ہے اور التہاب کے مادہ کو پھیلانے میں مدد گار ہوتی ہے۔“

خمر کی تعریف کے مطابق ہر نشہ آور چیز حرام ہے۔ اس تعریف کی رو سے تمام مسکرات اور خواب آور ادویہ حرام ہیں۔ اور ایک اہم اصول کے مطابق۔

لا شفاءً فی الحرام۔

کسی حرام چیز میں کبھی شفا نہیں ہوتی۔

حضرت عبداللہ بن مسعودؓ کی ایک روایت اس کی زیادہ تفصیل مہیا کرتی ہے۔

رسول اللہ ﷺ نے فرمایا۔

ان اللہ انزل الداء والدواء و جعل لکل داء دواء۔ فتداووا ولا تداووا بالمحرم۔ (ابو داؤد – ابن حبان)

(اللہ تعالیٰ نے جہاں بیماریاں اتاری ہیں وہاں ان کی دوا بھی نازل کی گئی ہے اور ہر بیماری کی دوا موجود ہے۔ علاج کیا کرو۔ لیکن حرام چیز سے علاج نہ کیا جائے۔)

صحیح بخاری میں ان ہی کی روایت ذرا مختصر لیکن واضح ہے۔

ان اللہ لم یجعل شفاء کم فیما حرم علیکم۔

(اللہ تعالیٰ نے جن چیزوں کو تمہارے لئے حرام کیا ہے' ان میں شفا نہیں ہے)

ان احادیث سے ایک اہم بات ثابت ہوتی ہے کہ اسلام نے ہر وہ چیز حرام کی ہے وہ

انسانی صحت کے لئے بھی مضر ہے۔ بلکہ حرام قرار دینے کا اصول یہی رکھا گیا ہے کہ ہر وہ چیز جس کا استعمال برے اثرات کا حامل ہے اسلام نے حرام قرار دی ہے۔ جیسے کہ مردار' خون' سور کا گوشت اور دم گھٹ کر مرے ہوئے جانور کا گوشت اور درندوں کا گوشت۔

سکون آور گولیاں کسی مسئلہ کا حل نہیں۔ اگر کسی کو کاروبار میں نقصان ہوا ہے تو گولیاں کھانے سے اس کا نقصان پورا نہیں ہو گا۔ انسان کو تکالیف آتی رہتی ہیں۔ اگر وہ ان پر صبر کرے۔ برداشت کی عادت ڈالے تو وہ ان کا مقابلہ کرنے کی صلاحیت بھی حاصل کر لے گا۔ حضرت شیخ عبدالقادر جیلانیؒ نے اپنے بیٹے کے نام نصیحت کا ایک مکتوب رقم فرمایا۔

یا بنی! ان المصیبة ما جاء ت لتهلک' وانما جاء ت لتمتحن صبرک وایمانک' یا بنی! القدر سبع' والسبع لا یکل المیتة

(اے میرے بیٹے! مصیبت اس لئے نہیں آتی کہ وہ تمہیں ہلاک کر دے۔ یہ تمہارے صبر اور ایمان کا امتحان لینے آتی ہے۔ اے میرے بیٹے! تقدیر اور آزمائش ایک درندے کی مانند ہیں۔ یاد رکھو کہ کوئی درندہ مردار نہیں کھاتا)

رنج، غم، فکر اور پریشانی اور قرآن مجید

قرآن مجید نے اپنے نزول کے اسباب میں ارشاد فرمایا۔

وننزل من القرآن ماهو شفاء و رحمة للمؤمنین۔

(الاسراء۔۸۶)

(ہم نے قرآن مجید میں جو کچھ بھی نازل کیا ہے وہ شفاء اور رحمت ہے۔ لیکن ان کے لئے جو اس پر ایمان رکھتے ہیں)

قرآن سے شفا حاصل کرنے کے لئے اس پر یقین اور ایمان کا ہونا ضروری ہے اور وہ جب بھی اپنی شفا بخشی کا اظہار کرتا ہے تو ساتھ ہی یہ بات بھی واضح کرتا ہے کہ تم اگر اس سے فائدہ اٹھانا چاہو تو تمہارا ایمان اور یقین پختہ ہونا چاہیے۔

واعبد ربک حتی یاتیک الیقین (الحجر۔۹۹)

(اپنے رب کی عبادت اس انہماک سے کرو کہ تمہیں اس کی مہربانیوں پر پورا یقین ہو)

جب ہم یہ کہتے ہیں کہ پریشانیوں کا علاج کسی گولی یا شراب سے نہیں ہوتا۔ یہ مصیبت میں اضافہ کرتی ہیں تو پھر اس کا حل کیا ہے؟ قرآن مجید نے خوف' غم اور پریشانی کے موضوع کو خصوصی طور پر اپنایا ہے۔ سب سے پہلے رنج کے مارے ہوئے انسانوں کے خلاصی کے واقعات بیان کیے۔

حضرت یعقوب علیہ السلام کا بیٹا گم ہو گیا۔ وہ اس کی جدائی میں تڑپ رہے تھے اور اپنے معبود سے معروض ہوئے۔

انما اشکوا بثی و حزنی الی اللہ (یوسف۔۸۶)

(میں اپنی مصیبت اور غم کا اظہار صرف اپنے اللہ کی بارگاہ میں کرتا ہوں)

ان کا بیٹا ان کو بہتر سے بہتر حالت میں مل گیا اور وہ اپنے رب کے شکر گزار ہوئے۔ حضرت یونسؑ کو جب مچھلی کے پیٹ میں رہنا پڑا تو اپنے رب سے فریاد کی۔

لا الہ الا انت' سبحانک انی کنت من الظالمین

(اللہ کے علاوہ میرا کوئی معبود نہیں۔ تیری ذات پاک ہے۔ البتہ میں زیادتی کا مرتکب ہوا)

اس آیت کریمہ کے افادات بڑے وسیع ہیں۔

حضرت سعد بن ابی وقاصؓ بیان کرتے ہیں کہ رسول اللہ ﷺ نے فرمایا۔

دعوة ذی النون اذدعاربه وهوفی بطن الحوت۔ لا اله ...... لم یدع بهارجل مسلم فی شی قط الا استجیب له (ترمذی)

مچھلی والے صاحب کی دعاوہ ہے جب وہ مچھلی کے پیٹ میں تھے اور انہوں نے اپنے رب سے دعا کی۔

(یہ وہ دعا ہے جس کی مدد سے جب کوئی مسلمان اپنے رب سے التماس کرتا ہے اور وہ قبول ہو جاتی ہے۔

اسی آیۃ کریمہ کی افادیت کے بارے میں یہی سعد بن ابی وقاصؓ ایک اور خوشخبری یوں مہیا کرتے ہیں۔

"انی لا اعلم کلمة لا یقولها مکروب الا فرج الله عنه: کلمته اخی یونس (احمد۔ حاکم۔ ابن السنی۔ ذهبی)

(میرے علم میں اپنے بھائی یونس کی دعا کے علاوہ ایسے کوئی کلمات نہیں ہیں جن سے کسی غم کے مارے ہوئے کی دعا قبول ہوتی ہو اور اللہ تعالیٰ اس پر فراخی نازل کر دیتا ہے۔)

ابن حبان نے مسند احمد کی ایک اہم روایت میں قرآن مجید سے شفا حاصل کرنے کی ایک ترکیب نبی ﷺ سے بیان کی ہے۔

ان النبی صلی الله علیه وسلم کان آذا حزبه امر' فزع الی الصلاة' وقد قال الله تعالیٰ۔

"واستعینوا بالصبرو الصلوٰة"۔ (البقره ٤٥)

(نبی ﷺ کو جب کسی معاملے میں پریشانی ہوتی یا مشکل پڑتی تو وہ نماز پڑھتے تھے کیونکہ اللہ تعالیٰ نے فرمایا ہے۔ "اللہ سے نماز اور صبر

کے ذریعہ مدد مانگو۔")

حضرت عبداللہ بن مسعودؓ روایت کرتے ہیں کہ نبی ﷺ نے فرمایا۔

علیکم بالشفائین العسل والقرآن (ابن ماجه)

تمہارے لئے شفا کے دو مظہر ہیں۔ شہد اور قرآن)

جس طرح شہد کو ہر بیماری میں پی کر اس سے شفا حاصل کی جا سکتی ہے اسی طرح معاملہ خواہ کوئی بھی ہو قرآن مجید اس سے نجات کا ذریعہ بن سکتا ہے۔ قرآن مجید خود کو شفاء اور ہدایت کا ذریعہ قرار دیتا ہے۔ پھر وہ ایسی مثالیں بھی دیتا ہے جب رنج، غم اور بیماری میں لوگوں نے اس کو ذریعہ بنا کر اپنے مسائل سے نجات پائی۔ جس طرح حضرت یونسؑ نے مچھلی کے پیٹ کے عذاب سے نجات پائی اسی طرح حضرت ایوب علیہ السلام کی تکلیف قرآن مجید یوں بیان کرتا ہے۔

واذکر عبدنا ایوب اذا نادیٰ ربه انی مسنی الشیطٰن بنصب و عذاب ٥ ارکض بر جلک هذا مغتسل بارد و شراب ٥ و وهبنا لهٗ اهلهٗ و مثلهم معهم رحمة منا و ذکریٰ لاولی الالباب (ص-٤٣-٤١)

(اور یاد کیجئے ہمارے بندے ایوب کی کیا کیفیت تھی۔ جب اس نے اپنے رب کو فریاد کی کہ شیطان نے مجھے ایک اذیت اور پریشانی میں مبتلا کر دیا ہے۔ ہم نے اسے حکم دیا کہ وہ اپنا پاؤں زمین پر مارے۔ زمین سے ٹھنڈے پانی کے چشمے پھوٹ نکلے۔ یہ غسل کے لئے بھی تھا اور پینے کے لئے بھی۔ ہم نے اسے اہل و عیال عطا کئے اور اسی طرح کے دوسرے اقارب۔ ان سب کو ہم نے اپنی رحمتوں سے نوازا اور اس واقعہ کا تذکرہ عقل رکھنے والوں کے لئے فائدے کا باعث ہو سکتا ہے)

حضرت ایوب علیہ السلام کی اس تکلیف کی تفصیل توریت مقدس کے علاوہ ان

جریرؒ اور ابن حاتمؒ نے حضرت انس بن مالکؓ سے بیان کی ہے۔

ان کے جسم میں کیڑے پڑ گئے تھے۔ لوگ ان سے دور بھاگتے تھے اور وہ اپنی اذیت کو کسی ویرانے میں بھکت رہے تھے۔ انہوں نے صبر اور استقامت کے ساتھ اپنے رب سے اس اذیت سے نجات کی التماس کی۔

انی مسنی الضر و انت ارحم الرحمین

(مجھے تکلیف نے جکڑ لیا ہے اور اس مصیبت سے نجات کے لئے تو ہی رحم کرنے والا مہربان ہے۔)

قرآن مجید خوف اور پریشانی کے بارے میں بار بار گارنٹی مہیا کرتا ہے۔

ان الذین قالوا ربنا اللہ ثم استقاموا فلا خوف علیھم ولا ھم یحزنون۔ (الاحقاف - ۱۳)

(وہ لوگ جو ہم پر ایمان لائے۔ پھر اس پر قائم رہے اور اللہ کو اپنا رب قرار دیتے تھے۔ ان کو کبھی غم اور فکر نہیں کرنا چاہیے۔)

اللہ تعالیٰ ایمان رکھنے اور اس پر قائم رہنے کو ڈر' خوف اور پریشانی سے بچائے رکھنے کا وعدہ کرتا ہے۔ پھر فرمایا۔

من اٰمن باللہ والیوم الاخر و عمل صالحاً فلا خوف علیھم ولا ھم یحزنون ۔ (المائدہ- ٦٩)

(جو اللہ پر اور آخرت پر یقین رکھتا ہے اسے کسی قسم کا کوئی خوف نہیں کھانا چاہیے اور نہ ہی پریشان ہونا چاہیے۔)

جو اللہ پر یقین رکھتے ہیں وہ ان کو غم' خوف' پریشانی اور تفکرات سے بچائے رکھتا ہے۔ اس باب میں قرآن مجید ایک اہم وعدہ فرماتا ہے۔

الا ان اولیاء اللہ لا خوف علیھم ولا ھم یحزنون۔ (یونس۔ ٦٢)

(یہ بات جان لی جائے کہ یہ ہمارے دوست ہیں اور اس کے بعد ان کو
کسی فکر' غم اور دہشت سے پریشان ہونے کی ضرورت نہیں)

اس آیت سے یہ واضح کر دیا گیا کہ جو لوگ ہمارے دوست بن جاتے ہیں ان کو کبھی کوئی غم' خوف اور پریشانی لاحق نہ ہو گی۔ ان کو ذہنی پریشانیوں سے محفوظ رکھنا ہماری ذمہ داری بن جاتی ہے۔

حضرت موسیٰ علیہ السلام فرعون سے فرار کی وجہ سے دشت غربت میں پریشان تھے۔ وہاں انہوں نے دعا کی۔

رب انی لما انزلت الی من خیر فقیر (القصص-٢٤)
(اے میرے رب میں اس کا محتاج ہوں کہ تو مجھ پر اپنی نعمت نازل
فرمائے)

آس پاس کوئی شناسا نہ تھا۔ یہ دعا اس کے باوجود قبول ہوئی اور ان کو رہنے کا ٹھکانہ' کام اور اس کے بعد گھر بنانے کی سہولت بھی میسر آ گئی۔

لوط علیہ السلام کی قوم بد معاملگی' تشدد' بد دیانتی اور بد چلنی میں منفرد شہرت کی حامل تھی۔ جب وہ نصیحت کرنے والے سے بد تمیزی اور دھمکیوں پر اترے تو انہوں نے دعا کی۔

رب انصرنی علی القوم المفسدین (عنکبوت-٣٠)
(اے میرے رب مجھے ان فسادیوں کی قوم پر غلبہ عطا فرما)

اور ان کی مدد کے لئے فرشتے نازل ہوئے جنہوں نے ان شرارت پسندوں کو ملیا میٹ کر دیا۔

حضرت نوح علیہ السلام کی قوم ان کی تعلیمات سے دل برداشتہ ہونے کے علاوہ ان کو اذیت دینے پر آمادہ ہو گئی۔ اس معاشرہ میں عزت آبرو اور سلامتی کے ساتھ رہنا جب ان کے لئے ناممکن ہو گیا تو انہوں نے عرض گزاری۔

فدعا ربه' انی مغلوب فانتصر (القمر۔۱۰)

(اور انہوں نے اپنے رب سے استدعا کی کہ میں توان سے شکست کھا گیا۔اب تو ہی میری مدد کو آاور ان پر غلبہ عطا فرما)

قرآن مجید بار بار مثالیں دے کر یہ یقین دلاتا ہے کہ مصیبت میں مبتلا جب بھی کوئی شخص ہم پر یقین اور اعتقاد رکھنے کے بعد مدد کی درخواست کرتا ہے تو وہ کبھی بھی بے فائدہ نہیں جاتی۔ ارشاد باری ہے۔

ہم دعا کرنے والے کی دعا ہمیشہ قبول کرتے ہیں۔ بیماری اور تکلیف اور خوف میں اپنی مشکل کشائی کا تذکرہ کرتے ہوئے اللہ تعالیٰ نبی صلی اللہ علیہ وسلم کا واقعہ بیان کرتا ہے۔

جب انہوں نے مکہ مکرمہ سے ہجرت کی تو دشمن ان کے تعاقب میں تھے۔ وہ مکہ سے باہر جھلسے ہوئے پہاڑوں کی ایک ویران غار میں پناہ گزین ہو گئے۔ ایک وقت آیا کہ تعاقب کرنے والے اس غار تک آ گئے اور ان کے بولنے چالنے اور قدموں کی آہٹ قریب سے محسوس ہو کر دہشت کا باعث بننے لگی تو کلام پاک بتاتا ہے۔

ثانی اثنین اذ هما فی الغار اذ یقول لصاحبه لاتحزن ان الله معنا' فانزل الله سکینة علیه وایدهٗ بجنود لم تروها (التوبه۔ ۴۰)

(ان دونوں میں سے ایک نے اپنے صاحب کو کہا کہ دشمن سر پر آ پہنچا ہے۔) انہوں نے کہا کہ ڈرنے کی کوئی بات نہیں۔ کیونکہ اللہ ہمارے ساتھ ہے۔ پھر ان کے دلوں پر اطمینان طاری کر دیا گیا اور ان کی امداد کے لئے ایک ایسا لشکر مبعوث کر دیا گیا جسے لوگ دیکھ نہیں سکتے تھے۔)

خوف کی اس کیفیت سے نجات دلانے کا واقعہ سنا کر قرآن مجید اس ضمن میں اپنی افادیت کا بار بار اظہار کرتا ہے۔ ارشاد باری ہے۔

وبشر الصٰبرین الذین اذا اصابتھم مصیبة قالوا انا للہ وانا الیہ راجعون اولئک علیھم صلوات من ربھم و رحمة و اولئک ھم المھتدون (البقرہ - ۱۵۵)

(اور وہ لوگ جو صبر کرتے ہیں ان کے لئے خوشخبری ہے کیونکہ ان پر جب کوئی مصیبت آتی ہے تو وہ انا للہ پڑھتے ہیں (جو کچھ بھی ہمارا ہے وہ اللہ ہی کے لئے۔ ہم نے آخر میں اسی کی طرف لوٹ جانا ہے) یہ وہ لوگ ہیں جن پر اللہ تعالیٰ کی عنایات اور رحمتیں نازل ہوتی ہیں۔ اور یہی وہ لوگ ہیں جو ہدایت یافتہ ہیں)۔

اس مفید آیت مبارکہ سے استفادہ کرنے کی ایک ترکیب حضرت ام سلمہؓ سے میسر ہے۔ نبی علیہ ﷺ نے فرمایا۔

ما من احد تصیبه مصیبة فیقول:

انا لِلّٰہِ و انا الیه راجعون' اللھم اجرنی فی مصیبتی و اخلف لی خیراً منھا' الا اجارہ اللہ فی مصیبة' واخلف لهٗ خیراً منھا۔ (مسند احمد)

(جب بھی کوئی شخص مصیبت کے دوران یہ کہتا ہے۔ انا للہ و انا الیہ راجعون 'اے اللہ مجھے اس مصیبت سے نجات دلا اور میرے لئے اس سے بہتر بندوبست کر دے۔ اللہ تعالیٰ اسے اس مشکل سے نجات دلاتا ہے اور اس کے لئے اس سے بہتر بندوبست کر دیتا ہے۔

یہ آیت ایک بیش بہا تحفہ ہے۔ جو کسی بھی تکلیف۔ غم اور پریشانی سے نجات کا ایک یقینی ذریعہ ہے۔

قرآن مجید سے فوائد حاصل کرنے کے تمام مسائل کا خلاصہ حضرت ت' پ' ایف روایت میں یوں بیان فرماتے ہیں۔

رسول اللہ صلی اللہ علیہ وسلم نے فرمایا۔

خیر الدواء القرآن۔ (ابن ماجه)

(تمام دواؤں سے اچھی دوا قرآن ہے)

اس روایت سے یہ پتہ چلتا ہے کہ بلڈ پریشر کے لئے روزانہ رنگ برنگی گولیاں کھانے کی بجائے اگر آیات قرآنی سے استفادہ کیا جائے تو یہ علاج کسی بھی گولی سے بہتر اور یقینی ہے۔

پریشانیوں سے نجات کے تحائف نبوی

اسلام کی تعلیمات زندگی کے ہر شعبہ میں راہبری مہیا کرتی ہیں۔ نبی ﷺ نے بیماریوں سے بچاؤ اور علاج کے لئے نہایت ہی مفید اور قابل عمل طریقے عطا فرمائے ہیں۔ دل کی بیماریوں کے باب میں ان کے ارشادات کا خلاصہ کریں تو یہ نکات سامنے آتے ہیں۔

1۔ علم طب پر ان کا سب سے بڑا احسان یہ ہے کہ انہوں نے دل کے ایک مریض کی تشخیص کی۔ جبکہ طب جدید کو اس بیماری کے بارے میں انیسویں صدی کے آخر تک کوئی واقفیت نہ تھی۔

2۔ انہوں نے دل کی بیماری کے علاج کا اصول مرحمت فرمایا۔ انہوں نے ان دواؤں کا پتہ بتایا جن کو کھانے سے دورہ دور ہو سکتا ہے۔

3۔ اذیبو طعامكم بذكر الله والصلاة' ولا تناموا عليه فتقسوا قلوبكم ولا تكثروا من الحركة عليه فتضروا' ولا تتركوا العشاء و فتهرموا۔ (ذهبی)

(اپنے کھانے کو اللہ کے ذکر اور نماز سے مزین کرو۔ کھانا کھانے کے بعد جلدی سونا نہ چاہیے جس سے دل پر بوجھ پڑتا ہے اور اس کے بعد زیادہ حرکت بھی نہیں کرنی چاہیے' جس سے نقصان ہو سکتا ہے۔

رات کا کھانا ضرور کھایا جائے۔ اس کو ترک کرنے سے بڑھاپا (کمزوری مسلط ہو جاتی ہے)

سویڈن کے ادارہ امراض قلب نے مشورہ دیا ہے کہ رات کے کھانے اور سونے کے درمیان کم از کم تین گھنٹے کا وقفہ ہونا چاہیے۔ ہم نے ذاتی طور پر معلوم کیا ہے کہ دل کے دورے میں مبتلا ہونے والے اکثر حضرات کی عادت یہ تھی کہ وہ کھانا کھاتے ہی سو جاتے تھے۔ کھانا بھوک رکھ کر کھایا جائے۔ ان کے ایک دو گھنٹے بعد تھوڑی سی چہل قدمی دل کے دورے سے بچاتی ہے۔ رات کو فاقہ کرنا کمزوری کا باعث ہوتا ہے۔

4۔ انہوں نے صاف ستھری غذا کا تصور دیا اور یہ بتایا کہ چکنائیاں اور گوشت کی زیادتی مضر ہو سکتی ہے۔

5۔ انہوں نے غذا کے اوقات مقرر کئے۔ جیسے کہ صبح کا ناشتہ جلد کیا جائے اور جسم کی قوت مدافعت کو برقرار رکھا جائے۔

6۔ گرم گرم کھانے سے منع فرمایا۔

7۔ کھڑے ہو کر کھانے اور پینے سے منع فرمایا۔

8۔ کھانا کھانے سے پہلے ہاتھ دھونے اور اس کے بعد ان کو تولیہ سے صاف کرنے کا سائنسی تصور عطا فرمایا۔ کھانے کے بعد ہاتھ دھونا اور پھر دانت صاف کرنے کے حفظان صحت کے اہم نکات عطا فرمائے۔

9۔ رفع حاجت کے بعد جسم کو دھونے کا تصور اور اس سلسلے میں صرف بائیں ہاتھ کا استعمال اور اس کے بعد خورد و نوش میں بائیں ہاتھ سے اجتناب ایک اہم سائنسی واقعہ ہے۔

10۔ زمانہ قدیم سے غسل کو امراء کا شوق اور عیاشی سمجھا جا رہا تھا۔ انہوں نے جسم کی صفائی کے لئے غسل کو آسان اور قابل عمل صورت میں تجویز کیا۔

11۔ دانتوں کی خرابیاں جسم کی متعدد بیماریوں کا باعث ہوتی ہیں۔ انہوں نے دانتوں کو صاف رکھنے کے آسان اور مفید طریقے بتائے۔ سائنسی ترقی کے باوجود جدید علوم دانتوں کو تندرست رکھنے کا آج بھی اس سے بہتر نسخہ بتانے سے عاجز ہیں۔

12۔ انہوں نے دل کو اہمیت عطا فرمائی۔ اس کی بیماریوں کے متعدد علاج بتائے۔ انہوں نے دل کو تندرست رکھنے کے لئے غذائیں اور ممنوعات بتا کر Cordi-ology کو ایک باقاعدہ علم بنانے کا راستہ ہموار فرمایا۔

نبی ﷺ نے جب دل کے دورہ کے پہلے مریض کا علاج فرمایا تو ان کے سامنے سب سے پہلا مسئلہ مریض کی بے چینی اور درد تھا۔ مریض درد سے تڑپ رہا تھا۔ مریض کو سینے میں جلن محسوس ہو رہی تھی۔ انہوں نے اس کے سینے پر ہاتھ رکھ کر دم کیا۔ مریض کے اپنے الفاظ میں :

''اس ہاتھ کی ٹھنڈک میرے سارے جسم میں پھیل گئی۔''

انہوں نے ہمارے لئے کچھ ایسے متبرک الفاظ چھوڑے ہیں جن کو پڑھ کر ہم بیماریوں اور تکالیف سے نجات حاصل کر سکتے ہیں۔

دردوں کے لئے

حضرت عثمان ابی العاصؓ جسم میں دردوں کی شکایت لے کر رسول اللہ ﷺ کی خدمت میں حاضر ہوئے۔ آپ نے فرمایا۔

''اپنا ہاتھ جسم کے اس مقام پر رکھو جہاں درد ہوتا ہے اور پڑھو!

پہلے تین مرتبہ بسم اللہ پڑھو۔ پھر سات مرتبہ یہ پڑھو

اعوذ بعزۃ اللہ و قدرتہٖ من شر ما اجد و احاذر۔ (مسلم)

احادیث میں پریشانی، غم اور ذہنی بوجھ کے علاج کے مکمل ابواب شامل ہیں۔ جن

میں ان ذہنی مشکلات سے نجات پانے کے طریقے بتلائے گئے ہیں۔

ذہنی دباؤ' صدمات اور پریشانیاں دل کی بیماریاں پیدا کر سکتی ہیں۔ بلکہ بعض مریضوں میں بلڈ پریشر' سقوط قلب اور اختلاج جیسے خطرناک مسائل صرف ذہنی دباؤ سے پیدا ہوتے ہیں۔ ان کا علاج سکون آور یا خواب آور ادویہ سے کیا جاتا ہے۔ منشیات سے علاج اسلام نے حرام قرار دیا ہے۔ کیونکہ یہ دوائی نہیں بلکہ امراض کا باعث ہوتی ہیں۔ ہم جب یہ کہتے ہیں کہ علاج کے لیے Tranquilisers نہ کھاتے جائیں تو پھر مریض کیا کرے؟

پریشانی اور غم کے لئے

حضرت عبداللہ بن عباسؓ روایت فرماتے ہیں کہ پریشانی اور خوف کی کیفیات میں رسول اللہ ﷺ یہ کہا کرتے تھے۔

لا اله الا الله العظیم الحلیم'

لا اله الا الله رب العرش العظیم'

لا اله الا الله رب السموات السبع'

و رب الارض رب العرش الکریم۔ (بخاری مسلم)

(اسی مضمون میں غم اور فکر کے دوران نبی صلی اللہ علیہ وسلم کا نماز پڑھنا بھی ذکر کیا جا چکا ہے)

حضرت انس بن مالکؓ بتاتے ہیں کہ رسول اللہ ﷺ کو جب کسی امر میں پریشانی ہوتی تو کہا کرتے:

یا حی یا قیوم برحمتک استغیث (ترمذی)

جامع ترمذی ہی نے ایک نسخہ یوں بیان کیا ہے۔

حضرت ابوہریرہؓ روایت فرماتے ہیں کہ نبی ﷺ جب کسی امر میں پریشانی اور غم ہوتا تو اپنا چہرا آسمان کی طرف کر کے فرمایا کرتے:

سبحان الله العظیم۔

اور جب وہ دعا فرماتے تو اس میں یہ الفاظ ضرور کہتے :

"یا حی یا قیوم"

اسی باب میں حضرت ابو بکرؓ روایت کرتے ہیں کہ نبی ﷺ فرمایا کرتے تھے کہ غم کے مارے ہوئے لوگوں کے لئے یہ دعا مناسب ہے۔

اللّٰھُمَّ رحمتک ارجوا' فلا تکلنی الیٰ نفسی طرفۃ عین واصلح لی شانی کلہ' لا الہ الا انت (مسند احمد۔ بخاری)

ابو داؤد نے اسی حدیث کو بیان کرتے ہوئے اضافہ کر کے کہا کہ جب کوئی شخص صبح اٹھے تو دن بھر کی پریشانیوں اور تفکرات سے محفوظ رہنے کے لئے یہ دعا پڑھے۔

حضرت اسماء بنت عمیسؓ حضرت ابو بکرؓ کی بیوی اور اس رشتہ سے رسول اللہ ﷺ کی ساس ہوتی تھیں۔ بیان کرتی ہیں کہ ان کو حضورؐ نے ایک روز فرمایا کہ میں تم کو ایسے کلمات نہ بتاؤں جو تم غم' فکر اور پریشانی سے نجات پانے کے لئے پڑھ لیا کرو ؟ اور فرمایا۔

اللہ ربی' لا اشرک بہ شئیاً (ابو داود۔ ابن ماجہ)

ایک اور روایت میں ان کلمات کو سات مرتبہ پڑھنے کی ہدایت فرمائی گئی۔ حضرت ابی سعید الخدریؓ بیان کرتے ہیں کہ رسول اللہ ﷺ ایک روز مسجد میں تشریف لائے تو دیکھا کہ ایک انصاری ابو امامہؓ مسجد میں پریشان بیٹھے ہیں۔ اس سے انہوں نے پوچھا۔

"اے ابو امامہ ! تم کو ایسی کون سی مجبوری آگئی کہ تم نماز کے اوقات کے علاوہ مسجد میں آئے بیٹھے ہو۔"

ابو امامہ نے جواب دیا۔

"اے اللہ کے رسولؐ قرضوں اور غموں نے مجھے مجبور کر دیا ہے۔"

انہوں نے اسے مخاطب فرماتے ہوئے پوچھا۔

"کیا میں تمہیں ایسے کلمات نہ سکھادوں جن کے بعد اللہ تعالیٰ تم پر سے قرضوں کا بوجھ اتار دے اور تمہارے غم دور کر دے؟"

ابو امامہ بولے "ضرور یارسول اللہؐ۔"

انہوں نے فرمایا۔

"جب صبح ہو۔ اور جب شام ہو یہ پڑھو۔

اللّٰھُمّ انی اعوذبک من الھم والحزن' واعوذبک من العجز والکسل' واعوذبک من الجبن والبخل' واعوذبک من غلبة الدین و قھر الرجال۔

ابو امامہ بتاتے ہیں کہ چند ہی دنوں میں میرے قرضے اتر گئے اور میرے تمام غم جاتے رہے۔ (ابن السنی۔ الحاکم۔ مسند احمد)

ایک بڑی دلچسپ خوشخبری حضرت عبداللہ بن عباسؓ یوں عطا فرماتے ہیں۔

"رسول اللہ ﷺ نے فرمایا

جس کسی نے استغفار (گناہوں سے توبہ) پڑھنا اپنے اوپر لازم کر لیا۔

اللہ تعالیٰ اس کو تمام غموں سے نجات دیتا ہے اور ہر پریشانی سے رہائی

دیتا ہے اور اسے ان ان ذرائع سے رزق عطا کرتا ہے جس کے بارے

میں اسے گمان بھی نہ ہو (ابوداؤد۔ احمد ابن ماجہ)

استغفار کرنے کی ایک مشہور ترکیب یہ ہے۔

استغفر الله ربی من کل ذنب واتوب علیه

نبی ﷺ کے الفاظ مبارکہ میں "من لزم الاستغفار" سے مراد یہی ہے کہ اسے بار بار اور مسلسل پڑھا جاتا ہے لیکن ان کے معنوں پر یقین کے علاوہ یہ بے معنی ہیں۔

صحیح معنوں میں اپنے گناہوں سے شرمندگی کا اظہار ضروری ہے۔

حضرت ابی امامۃ الباھلیؓ جہاد کی فضیلت کے بارے میں روایت فرماتے ہیں کہ

رسول اللہ صلی اللہ علیہ وسلم نے فرمایا۔

''علیکم بالجهاد' فانه باب من ابواب الجنة' یدفع الله به عن النفوس الهم والغم۔'' (مسند احمد' الحاکم' ابن ماجه)

(تمہارے لئے جہاد فرض کر دیا گیا۔ یہ عمل جنت کے دروازوں میں سے ایک ہے۔ جہاد کرنے والوں کے اوپر اللہ تعالیٰ غم واندوہ کو رفع کر دیتا ہے۔)

اللہ کے راستے میں جہاد کرنے والوں کے لئے جو انعامات مقرر ہیں ان میں سے یہ ایک مختصر سا تحفہ ہے۔ جہاد میں عملی طور پر شریک ہونے والوں کو جنگ کے قابل بنانے والے۔ ان کی خاطر داری۔ معالجہ کرنے والے ان کو اسلحہ مہیا کرنے والے بلکہ ان کے بعد ان کے گھروں کی نگرانی کرنے والے بھی جہاد میں شریک قرار دیئے جاتے ہیں۔ جنگی سرگرمیوں میں ہر طرح سے حصہ لینے والے مجاہدین میں شامل ہیں اور جو فوائد اس کار خیر سے حاصل ہوتے ہیں اس میں برابر کے شریک ہوتے ہیں۔

حضرت عبداللہ بن عباسؓ ایک اور آسان نسخہ بتاتے ہیں۔ بیان کرتے ہیں کہ نبی ﷺ نے فرمایا کہ جس کو غم، فکر اور پریشانیاں گھیر لیں اسے یہ الفاظ بار بار پڑھنے چاہئیں۔

''لا حول ولا قوة الا بالله۔''

محدثین نے اس خوبصورت جملہ کی تعریف اور افادیت کے بارے میں یہ فوائد اضافہ کیے ہیں۔

امام بخاریؒ اور مسلمؒ نے دوسرے صحابہ سے بھی روایت کو معتبر قرار دینے کے بعد اسے جنت کے خزانوں میں سے ایک بیش بہا خزانہ قرار دیا ہے۔

امام عیسیٰ ترمذیؒ نے اسے جنت کے دروازوں میں سے ایک دروازہ

قرار دیا ہے۔

نبی علیہ السلام نے ذاتی حفاظت اور حوادث سے محفوظ رہنے کے لئے ایک نہایت ہی معتبر اور یقینی طریقہ عطا فرمایا ہے۔

حضرت عمرو بن شعیب کو ان کے والد گرامی اور دادا نے نبی علیہ السلام سے سیکھے ہوئے یہ کلمات یاد کرائے۔

اعوذ بکلمات الله التامات من غضبه و شر عباده و من همزات الشياطين وان يحضرون (ابو داود)

یہ کلمات ابو داؤد اور دوسرے محدثین نے دوسرے صحابہ کرام سے الفاظ کے معمولی رد و بدل کے ساتھ مطلع کئے ہیں۔

بیماریاں خواہ کسی قسم کی ہوں۔ جب جسم میں کوئی خرابی پیدا ہو جائے تو عبادہ بن الصامتؓ۔ ابو سعیدؓ روایت کرتے ہیں کہ رسول اللہ علیہ السلام ایک مرتبہ بیمار ہوئے۔ حضرت جبریل علیہ السلام ان کی عیادت کو آئے اور یہ پڑھ کر ان پر دم کیا۔

بسم الله ارقيك من كل شيء يؤذيك من شر كل نفس او عين حاسد الله يشفيك، بسم الله ارقيك

(ابن ماجه)

اسی دعا کو حضرت ابو ہریرہؓ روایت کرتے ہیں کہ ان کے بیمار ہونے پر نبی علیہ السلام ان کی عیادت کو تشریف لائے اور فرمایا کہ میں تم پر وہ دم کرتا ہوں جو جبریل علیہ السلام میرے پاس لے کر آئے تھے..........

ذہنی مسائل اور دعا

امام ابن قیم نے بیماریوں اور پریشانیوں سے نجات کے لئے نبی علیہ السلام کے تحائف کا جائزہ لینے کے بعد مشاہدہ کیا ہے۔

اللہ نے انسان کے جسم کو متعدد اعضاء سے مزین کیا ہے۔ ان میں سے ہر ایک کے اپنے اپنے فرائض اور کمالات ہیں جن کے اوپر دل ایک بادشاہ کی طرح حکمرانی کرتا ہے۔ اس کی تمام تر خرابیاں غم، فکر اور پریشانیوں سے ہوتی ہیں۔

متقدمین میں ثابت بن قرہ طب اور روحانیت میں بڑا مقام رکھتے تھے۔ انہوں نے انسانی صحت کی خرابیوں اور ان کو ٹھیک کرنے کے روحانی طریقوں کا جائزہ لینے کے بعد یہ مشورہ دیا ہے۔

-- جو یہ چاہے کہ اس کا جسم تندرست رہے اور اسے کوئی بیماری نہ ہو تو وہ کھانے اور پینے کی مقدار کم رکھے۔

-- جسے اپنے دل کی تندرستی مطلوب ہو وہ گناہ کم کرے۔ کیونکہ گناہ سے بچے رہنے سے روح کو راحت ملتی ہے۔ یہ اسی طرح ہے جیسے کم بولنے والے کو زبان سے اطمینان اور سکون میسر آتا ہے۔

غلط کام کرنے سے احساس گناہ پیدا ہوتا ہے۔ اطباء بیان کرتے ہیں کہ گناہ دل کے لئے زہر کے برابر ہیں۔ یہ مریض کو ہلاک تو نہیں کرتے لیکن دل کو کمزور کر دیتے ہیں۔ دل جب کمزور ہوتا ہے تو وہ بیماریوں کا مقابلہ نہیں کر سکتا۔ امراض قلب کے ایک ماہر عبداللہ بن مبارک نامی گزرے ہیں۔ انہوں نے دل کی بیماریوں اور احساس گناہ کو بیان کرتے ہوئے دو بڑے خوبصورت شعر موزوں کئے ہیں۔

رایت الذنوب تمیت القلوب	و قد یورث الذل ا دماد فھا
و ترک الذنوب حیاۃ القلوب	و خیر لنفسک عصیا فھا

گناہوں کو ترک کرنا دل کو نئی زندگی دیتا ہے۔ کیونکہ ایسا کرنا تمہارے اپنے لئے بھی بڑا مفید ہے۔

ماہرین امراض قلب اس بات پر متفق ہیں کہ ذہن پر بوجھ، غم اور تفکرات

بلڈ پریشر کو بڑھا دیتے ہیں۔ جب پریشر بڑھتا ہے تو وہ دل کے حجم اور رفتار کو متاثر کرتا ہے۔ بلڈ پریشر کی زیادتی گردوں کی کارگزاری کو خراب کرتی ہے۔ دل کو خون مہیا کرنے والی Coronary Arteries میں تنگی آکر دل کا دورہ پڑ سکتا ہے۔ یہ بات آج کے ماہرین کی دریافت نہیں بلکہ نبی ﷺ نے امراض قلب کی تشریح کو سمجھنے والے ماہرین میں ابن القیم۔ ثابت بن قرہ اور عبداللہ بن مبارک نے بھی ذہنی اثرات کو دل میں بیماریاں پیدا کرنے کا سبب قرار دیا ہے۔

نبی ﷺ نے ذہن سے بوجھ اتارنے، تفکرات اور پریشانیوں کو دور کرنے والے کچھ نسخے عطا فرمائے ہیں۔ مسلمان ہونے کی وجہ سے ہمارا ایمان ہے کہ ان میں سے ہر نسخہ درست اور تیر بہدف ہے۔ کیونکہ وہ جو کچھ بھی کہتے تھے۔ اپنی طرف سے نہ ہوتا تھا۔ بلکہ وحی الٰہی کی عنایت سے ہوتا تھا۔ ان کے نسخوں کا مفید ہونا ہمارے ایمان کا حصہ ہے۔ لیکن اگر کوئی شخص ایمان نہ بھی رکھتا ہو اور وہ ان میں سے کوئی دعا یقین اور خلوص سے پڑھے تو اس عرصہ کے دوران اس کا ذہن کچھ اور سوچ نہیں سکتا۔ یعنی اس نے ایک مختصر عرصہ کے لئے تفکرات کو اپنے ذہن سے نکال لیا۔ توجہ کی اس تبدیلی Diversion سے بھی اس کے ذہن کو بوجھ سے نجات ملے گی اور وہ اطمینان محسوس کرے گا۔

مال کا نقصان، صحت کی خرابی، اولاد کے مسائل اور معاشرہ کی بے راہ روی مسائل کا باعث بنتے ہیں۔ نبی ﷺ کی عنایات پر توجہ دیں تو انہوں نے ہر قسم کے حالات کے لئے حل مرحمت فرمائے ہیں۔

ان کی عنایات سے فائدہ اٹھانا اب ہماری کوشش ہے۔ مسلمان ہونے کے باوجود اگر کوئی شخص ذہنی مصائب میں مبتلا ہے یا اسے اپنے ذہن کو سکون دینے کیلئے Lorazepam کی ضرورت ہو تو یہ ہماری اپنی بدقسمتی ہوگی۔ بیماری اور مصیبت میں اللہ پر بھروسہ کرنے کی اہمیت کو قرآن مجید نے یوں بیان کیا ہے۔

من يتوكل على الله فهو حسبه